

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.-

El desarrollo de una vida humana es posible gracias a diversos factores naturales como sociales; siendo el ser humano, un individuo social, por ende necesita de otros para crecer. A causa de ello la persona al nacer se encuentra dentro de un grupo social que es básico y fundamental para su desarrollo en sociedad, este grupo está constituido por la “familia”.

La familia juega un papel preponderante a la hora de prever conductas de riesgo en los jóvenes, ya que como lo indica Kumpfer, *“un ambiente familiar positivo, afirmado en los vínculos familiares, con una supervisión adecuada de madres y padres en el comportamiento de los hijos, una comunicación de los valores familiares pro-sociales, son aspectos que protegen a los jóvenes de desarrollar conductas de riesgo, como el consumo de sustancias ilícitas, la delincuencia y el sexo precoz o sin protección”*¹

Diferentes investigaciones identifican una serie de factores protectores en la familia que actúan como amortiguadores frente a la aparición de conductas de riesgo, disminuyendo la probabilidad de su ocurrencia, cada familia tiene su sello particular, dinámica y estilo propio, generando estos vínculos y/o lazos de afecto, entre todos sus miembros, convirtiéndose así, en protectora de los mismos.

Dentro de la prevención de conductas de riesgos, los padres cumplen la función de ayudar a sus hijos a afrontar la vida adulta, preparándolos para ella y así poder integrarse de la mejor manera a la sociedad. Además de brindarles una estabilidad social, emocional y económica, ayudan a que sus hijos aprendan las reglas básicas de la sociedad en la que viven, les enseñan a socializar, a escuchar, comunicar, conocer y desarrollar los derechos y deberes determinantes de esa sociedad.

¹ Kumpfer, K.L., 1999. Pág.52

Cuando no se crean estos vínculos de afecto, protección, acompañamiento, comprensión, comunicación y enseñanza, hay mayor probabilidad que los hijos puedan tener conductas erróneas, como el consumo de alcohol y otras drogas, delincuencia, sexo precoz o sin protección, y un sin fin de otras conductas de riesgo.

El consumo excesivo del alcohol, representa actualmente uno de los principales problemas, el cual no solo se presenta en nuestro país sino que es un mal que está afectando al mundo entero y cada vez es más peligroso, ya que este flagelo no discrimina estratos sociales, credos, sexos, edades, etc.

Así podemos ver que a Nivel Internacional según el Informe Mundial sobre las Drogas 2016 de la UNODOC ² “*Se calcula que 1 de cada 20 adultos, es decir, alrededor de 250 millones de personas de entre 15 y 64 años, consumieron algún tipo de droga en el 2015*”.

Por otra parte el Informe del Uso de Drogas en las Américas, realizado por el CICAD³ en la gestión 2013, señala que: “*La prevalencia del consumo de alcohol entre los escolares menores de 14 años difiere notablemente entre un país y otro. Mientras que entre los escolares de octavo grado (mayoritariamente de 13 años de edad) de los Estados Unidos, la cifra llega a 13%, y a 19% en el caso de Chile; países como Colombia, Trinidad y Tobago, tienen tasas de alrededor de 40% y, en Santa Lucía, más de la mitad de la población escolar en este grupo de edad consume alcohol. En el caso de los escolares de más de 17 años, la prevalencia en los Estados Unidos es de 40% y en Uruguay y Santa Lucía de 70%*”.

Siendo estos datos alarmantes ya que indicarían que entre un tercio y la mitad de los adolescentes consume alcohol, sin tener en cuenta las consecuencias que esto les puede acarrear, como ser: la muerte y lesiones no intencionales asociadas con llevar a cabo otras labores de riesgo luego de beber, por ejemplo: homicidio, violencia,

² UNODOC, 2016. Pág. 9

³CICAD,2013.Extraído de http://www.cicad.oas.org/drogas/elinforme/informeDrogas2013/DrugsPublicHealth_ESP.pdf.

intentos de suicidio, abuso sexual, comportamiento sexual de riesgo, vandalismo, daños a la propiedad, etc.

A nivel nacional, en Bolivia *“el consumo del alcohol ubica al País en el medio de la región con un promedio de 5,9 litros per cápita, por debajo de Chile (9,6), Argentina (9,3) y Venezuela (8,9), y por encima de Cuba (5,4), Nicaragua (5,2) y El Salvador (3,2), ante ello, especialistas indican que hay mayor incremento entre los jóvenes de 15 y 17 años”*.⁴

Según este informe, entre las causas para el incremento están: la libre oferta de alcohol y la falta del fortalecimiento de los valores, además que en nuestra sociedad es común asociar este consumo a diferentes fiestas patronales, fechas cívicas y otras festividades.

A nivel local, Tarija, no se queda atrás; en la actualidad, ocupa el primer lugar en el consumo del alcohol, según las estadísticas que maneja el Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación de Drogodependencias y Salud Mental (INTRAID), con una *“ Prevalencia de un 47%, Santa Cruz con el 24% y La Paz con un 22%, son los distritos del país donde prevalece la mayor incidencia de personas que consumen bebidas alcohólicas, siendo las tiendas de barrio los puntos preferidos para abastecerse de este tipo de producto. El Alto tiene un 13% de preferencia y en Cochabamba un 9%”*.⁵

La encargada del Departamento de Prevención, Licenciada Marlene Rollano, indicó que *en años anteriores la edad para el consumo de alcohol se presentaba, término medio, en los 17 años de edad, empero en la actualidad se tiene el consumo de bebidas alcohólicas por parte de adolescentes a partir de los 15 años de edad, quienes en varias oportunidades se reúnen en las plazas. El grupo etéreo que concentra el mayor índice de consumo de bebidas fluctúa entre los 26 a 40 años,*

⁴ OMS, 2014. Extraído de <http://www.la-razon.com/sociedad/OMS-Bolivia-media-consumo-alcohol.html>

⁵ INTRAID, Extraído de <http://www.elpaisonline.com/index.php/sociales-2/item/33437-tarija-ocupa-el-primer-lugar-nacional-en-consumo-de-alcohol>

*siendo los varones los que más concurren a las tiendas de barrio para comprar tragos y otros licores”.*⁶

Bolivia, es un país de profunda tradición, respecto al consumo de alcohol, este fenómeno que se halla incorporado a sus ritos y tradiciones, el consumo de bebidas alcohólicas en su conjunto mantiene una tendencia creciente, sobre todo en los jóvenes cuyo inicio es a edades muy tempranas, generando una importante alarma social; estos adolescentes y jóvenes perciben al alcohol como un facilitador de las relaciones sociales, un instrumento de cohesión entre el grupo de iguales y un elemento básico para la diversión, es decir un hecho simplemente cultural, minimizando las condicionantes y consecuencias de su ingesta, ignorando completamente los factores que intervienen en esta problemática multicausal.

Por la problemática anteriormente planteada se pretende contribuir, previniendo las mismas a través del:

Programa de Prevención del consumo de alcohol y otras drogas, a través del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, dirigido a padres de familia de unidades educativas de la ciudad de Tarija, durante la gestión 2017.

Este programa se desarrolló con la guía y asesoramiento de los profesionales del departamento de Prevención y Promoción de la Salud Mental del INTRAID – Tarija.

1.2. JUSTIFICACIÓN.-

Ante el incremento en el consumo de alcohol por parte de los adolescentes, tanto hombres como mujeres, se considera importante realizar aportaciones para poder combatir el problema, ya sea por medio de la prevención o el tratamiento y la rehabilitación.

⁶ INTRAID, Extraído de <http://www.elpaisonline.com/index.php/sociales-2/item/33437-tarija-ocupa-el-primer-lugar-nacional-en-consumo-de-alcohol>

Una de las acciones que puede tener mejores efectos es el ámbito preventivo, buscando a través de la prevención, sensibilizar e informar acerca de los efectos que acarrearán estas conductas, asimismo, se buscara reforzar los recursos afectivos, y sociales de la familia, en su conjunto, ya que como indicamos en líneas anteriores forman parte importante en la formación de los hijos.

Sea cualquiera de estas la estrategia utilizada, es necesario tener una visión clara de los factores sobre los que hay que incidir, ya que no olvidemos que el adolescente está atravesando una etapa crítica, encontrándose en la búsqueda de su propia identidad y tiende a rebelarse ante las figuras de autoridad (padres y/o tutores).

Existe notable evidencia del rol de la familia y de la relación de los adolescentes con un adulto significativo como un factor crítico para su desarrollo saludable. En el 2012

la Organización Mundial de la Salud (OMS) ⁷ analizó numerosos estudios con el fin de identificar las intervenciones más efectivas para intervenir en los factores de riesgo y de protección de los comportamientos que influyen en la salud de los adolescentes (relaciones sexuales de riesgo y uso de alcohol y drogas). Estos estudios demostraron que la relación de los hijos con los padres juega un papel clave para determinar los resultados en la salud de los adolescentes, presentando una gran oportunidad para intervenir en la promoción de conductas saludables, el apoyo de la familia se asocia a una mejor salud de los adolescentes y jóvenes, la poca disponibilidad de apoyo emocional y baja participación social se asocian con mayor mortalidad y morbilidad en los adolescentes y jóvenes.

El adolescente busca en el alcohol un medio de evitación, de escape, de refugio o de aceptación social principalmente ante sus amigos y grupo de pares, llevándole a realizar conductas sin evaluar las consecuencias que se pueden presentar en él mismo y en su entorno inmediato. Un ejemplo de estas conductas es el consumo de alcohol,

⁷ OMS, 2008.

u otras drogas, inclusive algunos llegan a involucrarse en conductas sexuales sin protección, desafiar a las figuras de autoridad, comisión de delitos, etc.

Uno de los principales motivos de la P.I., se fundamenta en el rol preponderante que tiene la familia a la hora de la toma de decisiones, ya sean estas buenas o malas por parte de sus hijos. Un hijo que no se sienta apoyado, amado, protegido, respaldado, comprendido, etc., por sus padres tendrá mayor probabilidad de caer en estas conductas de riesgo.

El programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, es un programa de intervención primaria, el cual busca capacitar a padres de familia en habilidades de crianza y relaciones familiares, para prevenir conductas de riesgo, en adolescentes de 10 a 14 años de edad.

*“Este programa ha tenido buenos resultados en otros países, y desde hace un tiempo se lo ha venido trabajando en Bolivia; hasta el momento 140 familias recibieron la intervención del programa”.*⁸

Dichas familias fueron en su mayoría indígenas de escasos recursos, lo que obligó a adaptar los materiales. Aun con las limitaciones de lectura de algunas familias al concluir las sesiones del programa, *“se observó un aumento estadísticamente significativo, en la percepción de los padres, en la demostración de amor, y una disminución del enojo e insultos en la relación con el adolescente. Además, se observó un aumento significativo en monitorear a los hijos, conversar sin censurar, demostrar empatía, conversar sobre conductas de riesgo y considerar las diferencias de edad y sexo en el trato con los hijos”.*⁹

A través de la implementación del Programa de prevención “Familias Fuertes: Amor y Límites”, se buscó: Ofrecer recursos a padres y madres para evitar que estas conductas se formen en sus hijos, además de destacar el papel crucial y eficaz de la

⁸ OPS/OMS, 2013, pág. 22

⁹ OPS/OMS, 2013, pág. 22

familia en la prevención de las mismas, se realizó un trabajo de prevención conjunto no solo atendiendo al adolescente sino también involucrando a los padres, a la familia en su conjunto.

*“Las sesiones de los padres tienen el propósito de desarrollar en ellos habilidades para la solución de problemas, la comunicación efectiva y de las expectativas con respecto a la conducta del hijo adolescente”.*¹⁰

Además, es importante mencionar que con la realización de la presente Práctica Institucional (la cual fue llevada a cabo bajo la tuición del INTRAID – Tarija), se dejaron los siguientes aportes:

Aporte teórico: A través de la P.I., se pretendió dar a conocer todo lo referente al programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, ya que fue la primera vez que se llevó a cabo la réplica de este programa en Tarija, buscando probar si esta concepción teórico-práctica es válida o efectiva para lograr los objetivos trazados por el programa, dentro de nuestro contexto, como lo ha sido en otras ciudades e incluso otros países donde se lo realizó, con excelentes resultados.

Aporte práctico: Con el Desarrollo del programa “Familias Fuertes” se beneficiaran:

- Los padres de familia, ya que la información y orientación que se trasmite a través del programa de prevención, dotará de herramientas valiosas para afrontar el problema con sus hijos, a través de la promoción de la comunicación, fomentando un entorno de protección y prevención.
- Los adolescentes, quienes a través de la relación positiva de comunicación con sus padres, se espera que asuman conductas asertivas frente a la problemática, como así también les ayude en lo futuro, a evitar otras conductas de riesgo.

¹⁰ Byrnes, H., Miller, B., Aalborg, A., Plasencia, A.V., y Keagy, C., 2010. Págs.531 – 541.

- La Familia, a través de este programa se busca fortalecer a las familias en habilidades parentales para construir estrategias de protección para sus hijos adolescentes, a fin de evitar la aparición de factores de riesgo relacionados al consumo de alcohol y otras drogas.
- Sociedad en general, con la implementación del programa Familias Fuertes, se busca incrementar el conocimiento y percepción de riesgo sobre el consumo de alcohol y otras drogas, porque una sociedad informada, fuerte, unida, comunicada, y con solidaridad, es la mejor herramienta para la prevención de estos comportamientos.

Aporte Metodológico: Dentro del aporte metodológico se realizó una revisión y adaptación del cuestionario (pre – pos test), si bien el programa ya contaba con un instrumento, este era muy amplio (88 preguntas) y muchas de las mismas eran repetitivas, tomando en cuenta la población beneficiaria, quien en muchos casos, apenas sabe escribir, y además el tiempo que le iba a llevar contestar las preguntas, se disminuyeron las mismas a 60 preguntas, además de agruparlas en cinco ejes temáticos dentro de los cuales se encuentran insertos los objetivos de cada sesión), para una mejor medición del antes y después de la implementación del programa.

2.1. CARACTERÍSTICAS DEL INTRAIID.-

El Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental - INTRAIID Tarija, *“es una institución gubernamental, sin fines de lucro, desarrolla actividades en los campos de la Prevención, Tratamiento, Rehabilitación y Reinserción Social del Alcohol y otras Drogas. Además brinda sus servicios en Salud Mental, Promoción de la salud del escolar y atención a la población a través de un equipo multidisciplinario, debidamente capacitado en las diferentes áreas de trabajo”*.¹¹

Fue creado el 12 de agosto de 1988, con la finalidad de brindar atención en los aspectos psicosociales de la salud, iniciando sus actividades en el área de prevención. El Intraid Tarija cuenta con dos Departamentos: Departamento de Prevención y Promoción de la salud y el Departamento de Tratamiento Rehabilitación

El Departamento de Prevención cuenta con programas de educación, prevención, los cuales están dirigidos a niños, jóvenes, padres de familia, maestros y población en general, aportando estrategias para desarrollar labores de prevención primaria y secundaria, a través de la información, educación, orientación, capacitación y apoyo sobre la prevención integral del consumo de alcohol y otras drogas.

Los servicios que brinda INTRAIID tienen como prioridad mejorar la salud de la población, dando cobertura a aquellos programas prioritarios de plan estratégico de salud.

Los propósitos y atribuciones de INTRAIID se encuentran respaldados por la Ley del País 1008 Régimen de la Coca y sus sustancias controladas, Ley 1788 de Organización del Poder Ejecutivo, Ley 1654 Descentralización Administrativa, Ley 1403 Código del Niño, Niña y Adolescente y los Decretos Supremos 25060, Estructura de las Prefecturas del Departamento D. S. 2538 Estructura de Salud D. S.

¹¹ INTRAIID. Extraído de: intraidtarija.wixsite.com/instituto/wwwintraidtarijawixcom-csrv

24805 D. S. 24855.Reglamento de la Ley de Organización del Poder Ejecutivo
Resolución Ministerial N° 192.

2.1.2. Visión del Intraid – Tarija.-

La Visión del Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de
Drogodependencias y Salud Mental - INTRAID Tarija es:

*“Disminuir el consumo del uso indebido de drogas en la población de Tarija”.*¹²

2.1.3. Misión del Intraid Tarija.-

La Misión del INTRAID Tarija es: *“Brindar atención integral a la Salud Mental de
la Población con programas de prevención y promoción de la Salud desde el punto
biopsicosocial”.*¹³

2.1.4. Objetivos de la Institución.-

2.1.4.1. Objetivo General de la Institución.-

*“Atender los aspectos psico-sociales de la salud, brindando servicios que
contribuyen a mejorar la salud mental de la población, dando cobertura en aquellos
programas prioritarios del Plan Estratégico de la Salud”.*¹⁴

2.1.4.2. Objetivos Específicos de la Institución.-

- Crear en la sociedad y en los grupos vulnerables en todas las edades,
condiciones que favorezcan el desarrollo y mantenimiento del mejor nivel
posible de salud mental.

¹² INTRAID. Extraído de: intraidtarija.wixsite.com/instituto/wwwintraidtarija.wixcom-csrfv

¹³ Ibídem

¹⁴ Ibídem

- Orientar, capacitar y educar a la población en prevención integral del uso indebido de drogas y de alcohol.
- Rehabilitar drogodependientes y alcohólicos, apoyar con consejería y asesoramiento a las familias de alcohólicos drogodependientes y de salud mental.
- Facilitar a las personas cuya salud mental este abocada a que corran riesgos de ver comprometido su equilibrio psíquico u obtener una respuesta adecuada a sus necesidades y una atención oportuna y apropiada.
- Intervenir con un trato especializado y de modo multidisciplinario con los y las adolescentes.

2.1.5.- Departamento de Prevención y Promoción de la Salud.-

El objetivo principal de este departamento es prevenir el uso indebido de drogas y promocionar la salud integral de la población, disminuir los factores de riesgo y fortalecer los factores protectores en la familia, la escuela y la población adolescente en las áreas de **Educación, Comunicación e Información**, el Fortalecimiento Institucional y la Investigación. Otras líneas de acción desarrolladas en este Departamento son el desarrollo de Seminarios y Talleres a diferentes instituciones y grupos poblacionales.

Este departamento ha diversificado su accionar en el campo de la educación, prevención y la promoción de la Salud, a través de dos lineamientos esenciales, la *Información* y la *formación* de recursos Humanos, con la finalidad de prepararlos para llevar a cabo los diferentes programas que imparten durante cada gestión; cada programa se respalda en un Manual Teórico Practico que se ha convertido en una guía para los facilitadores que realizan la labor preventiva en cada población beneficiaria, programas que se detallan a continuación:

- Programa de Prevención Temprana del Uso Indebido de Drogas: **MANUAL CRECER SIN DROGAS** dirigido a niños entre los 8 a 11 años.
- Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas: **MANUAL FORMACIÓN DE LÍDERES JUVENILES.**, para adolescentes y jóvenes entre los 12 a 25 años.
- Programa de Prevención Oportuna: **MANUAL ESCUELAS SALUDABLES** dirigido a docentes de educación primaria, secundaria y universitaria.
- Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas: **MANUAL**

LA FAMILIA ES FORTALEZA dirigido a Padres de Familia de las Unidades Educativas y de los barrios.

- Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas: **MANUAL MUJER FAMILIA Y COMUNIDAD** dirigido a docentes de educación primaria, secundaria y universitaria.
- Programa de Prevención de conductas de Riesgo: **MANUAL FAMILIAS FUERTES: AMOR Y LÍMITES**, dirigido a padres y adolescentes de 10 a 14 años (cabe señalar que será la primera vez que se llevó a cabo este programa).

2.1.6.- Coordinación Interinstitucional.-

Para la ejecución de estos trabajos se trabaja en coordinación con Instituciones Estatales y no Gubernamentales; entre ellas autoridades educativas, como ser: Dirección Departamental de Educación (SEDUCA), Dirección Distrital de Educación, el servicio de Gestión Social, (SEDEGES) la Unidad de Género, la Defensoría de la Niñez y Adolescencia, de la ciudad y sus provincias,(San Lorenzo, Padcaya, Uriondo) la Policía Departamental, GACIP, Unidades de las Fuerzas

Armadas, Unidad de la Base Aérea, Cruz Roja filial Tarija, Cruz Azul, Juntas vecinales, Centros de madres, Universidad Juan Misael Saracho (Carrera de Psicología, Carrera de Arquitectura y Urbanismo) Recinto penitenciario, FELC, Jefatura Departamental de Género Prefectura del Dpto., Dirección Género Generacionales y Familia H.A.M Municipal Infantil, Junta Escolar de algunos colegios fiscales, Dirección Distrital de Educación, Aldeas Infantiles, Grupos juveniles de Organizaciones de Voluntariado, CIES, Proyecto Amigos Sin Frontera, Seguridad Ciudadana, Comité Adolescente Juvenil Organización liderada por adolescentes y jóvenes, Defensor del Pueblo.

2.1.7.- Departamento de Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias, Alcoholismo y Salud Mental.-

Esta área brinda atención a la población del departamento de Tarija, en tratamiento, rehabilitación y reinserción social de la drogadicción, el alcoholismo y los problemas de salud mental en general. En el caso de las drogodependencias y alcoholismo, el tratamiento busca la abstinencia de toda sustancia psicoactiva, que imposibilite el retorno al consumo recreacional o social.

La atención se realiza tanto en consulta externa, como en un programa residencial (internación), con el seguimiento respectivo y de acuerdo a las características y la sintomatología de los pacientes drogodependientes y alcohólicos, previa evaluación del equipo multidisciplinario.

La población que se beneficia de este servicio, son personas de ambos sexos, sin límites de edad. El tratamiento incluye la internación, con una permanencia mínima de seis a ocho semanas

Las Actividades que realiza esta área son:

- **Rehabilitación**, a través del Tratamiento psicofarmacológico especializado; cuando éste es necesario, así también Psicoterapia individual, a través de la

cual, se identifican los factores que influyen en el abuso de drogas y que obstaculizan la rehabilitación.

- **Terapia grupal:** dos sesiones semanales de dos horas de duración, para iniciar la modificación conductual
- **Terapia Ocupacional:** diariamente los pacientes realizan la limpieza y aseo de sus unidades y ambientes del área clínica, jardinería, horticultura, elaboración del pan para su consumo, una vez por semana y trabajos manuales dos veces por semana.
- **Terapia Educativa – lúdica:** de acuerdo a un cronograma de actividades, se realizan lecturas educativas sobre temas relativos al programa y otros de desarrollo personal, también juegos recreativos como ajedrez, damas, monopolio.
- **Terapia deportiva;** una vez a la semana los internos salen al estadio a practicar básquet, fútbol, atletismo, gimnasia y ping pong.
- **Consejería y Asesoramiento;** se invita a los familiares del paciente, para analizar las actitudes y dinámica en relación al consumo de las drogas
- **Terapia Familiar;** una sesión semanal, para que la familia coadyuve a la rehabilitación.

2.2. CARACTERÍSTICAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “PEDRO RIVERA” (SAN ANDRÉS).-

La Unidad Educativa Pedro Rivera, fue creada el 03 de febrero de 1993, se encuentra ubicada en la comunidad de San Andrés de la ciudad de Tarija.

Actualmente se encuentra a cargo del Director Profesor Ismael Tintilay Chirquina; funciona en el turno de la mañana, cuenta con un total de 258 alumnos entre hombres

y mujeres, los mismos están divididos en 12 cursos, desde el primero hasta el sexto de secundaria, con dos paralelos cada curso.

Cuenta con una pequeña sala de computación, una sala de reuniones de profesores, un taller donde se les enseña costura y mecánica a los alumnos, una cocina donde preparan el alimento para los alumnos y plantel docente, una cancha de básquet y un pequeño patio para recreación de los alumnos.

2.2.1. Visión de la U. E. Pedro Rivera.-

Escuela que forma estudiantes en el desarrollo de competencias y habilidades académicas y formativas basadas en la interculturalidad, diversidad, inclusión, respeto y cuidado por el medio ambiente.

2.2.2. Misión de la U.E. Pedro Rivera.-

Entregar una Educación de Calidad con equidad a todos los estudiantes, fomentando el aprendizaje a través de distintas Estrategias y Metodologías, que proyecte al alumno a preservar sus valores y tradiciones, respetando las diferencias individuales y el medio ambiente, promoviendo expectativas de superación personal y familiar que le permitan adecuarse a la Sociedad.

2.2.3. Objetivos de la U.E. Pedro Rivera.-

- Formar alumnos como ciudadanos y con la capacidad de continuar estudios secundarios y proyectarse hacia lo técnico o profesional para el desempeño de su vida futura
- Dar espacios apropiados para que todos los docentes reflexionen regularmente sobre sus prácticas pedagógicas, analicen sus planes de trabajo, coordinen sus acciones pedagógicas y las evalúen.
- Integrar los valores institucionales y un clima de confianza y colaboración en el establecimiento para el logro de sus metas.

2.3. CARACTERÍSTICAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “NARCISO CAMPERO”.-

La Unidad Educativa Narciso Campero, fue creada en el 03 de abril del año 1813, y lleva este nombre en honor al General Narciso Campero.

Actualmente se encuentra a cargo de la Directora Profesora Gertrudis Serrano y se encuentra ubicada en la calle Juan Misael Saracho entre las Calles Ingavi y Bolívar, funciona en dos turnos, mañana y tarde.

En el turno de la mañana funciona el nivel primario, cuenta con 507 alumnos (de ambos sexos) en total, los mismos están divididos en 13 cursos, desde primero de primaria hasta sexto de primaria.

Además, cuenta con un laboratorio de computación, una cancha deportiva con tinglado, salón de reuniones, baños y un pequeño quiosco.

2.3.1. Visión de la U.E. Narciso Campero.-

“Constituirse en una unidad educativa referente con personal docente capacitado, trabajando en ambientes adecuados e infraestructura acorde al M.E.S.C.P., contando con la tecnología adecuada a los avances actuales para impartir una educación socio comunitaria integral, holística e inclusive con capacidad para transformar la realidad con práctica de valores para vivir bien”.

2.3.2. Misión de la U.E. Narciso Campero.-

La misión de la U.E. es consolidar una unidad activo participativa para formar integralmente a niños y niñas y jóvenes en principios y valores éticos morales y espirituales desarrollando sus capacidades y potencialidades, destrezas y habilidades en las 4 dimensiones del ser humano, en lo técnico pedagógico que les permitirá

adecuarse al contexto social de su realidad acorde con los avances tecnológicos actuales orientándoles a ser protagonistas de su propio aprendizaje en el M.E.S.C.P.

2.3.3. Objetivos de la U.E: Narciso Campero.-

- ♣ Socializar políticas y normas establecidas por el Sistema Educativo Nacional entre la comunidad educativa.
- ♣ Organizar la institución de acuerdo a normativas vigentes.
- ♣ Organizar comisiones de trabajo con responsabilidad específicas pedagógicas institucionales.
- ♣ Implementar estrategias pedagógicas dentro del modelo educativo vigente
- ♣ Planificar, organizar, ejecutar y evaluar proyectos de capacitación a docentes y padres de familia a fin de cualificar la gestión educativa.
- ♣ Seguimiento y apoyo al desarrollo curricular.
- ♣ Fortalecer la participación de la comunidad educativa en todo el proceso para mejorar las relaciones interpersonales en beneficio de los estudiantes y la institución.

2.4. CARACTERÍSTICAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “PIEDRA LARGA”.-La Unidad Educativa Piedra Larga, fue creada el 01 de mayo del año 1960, después de varias solicitudes realizadas por los vecinos de la comunidad por motivos de crecimiento de la población; cuando se inició su funcionamiento pertenecía al Núcleo de Polla distrito escolar de Cercado departamento de Tarija; lleva este nombre en honor a la comunidad de Piedra Larga, lugar donde se encuentra situada geográficamente.

Actualmente está a cargo del Director Profesor Aníbal Morales Zenteno y se encuentra ubicada en la carretera hacia la comunidad de Entre Ríos; funciona en un solo turno, por la mañana.

Cuenta con una infraestructura, compuesta por cuatro ambientes, un baño, una cocina donde se prepara el desayuno y almuerzo para los estudiantes, una pequeña cancha y ambiente al aire libre apto para recreaciones de los alumnos.

En esta unidad educativa funciona el nivel primario, desde primero de primaria hasta sexto de primaria.

2.4.1. Visión de la U.E. Piedra Larga.-

Ser reconocida como una escuela abierta a la comunidad, con identidad propia, que imparta una educación de calidad con una escala de valores humanistas, que les permita a los alumnos(as) lograr mejores aprendizajes para un futuro con oportunidades y desenvolverse en forma adecuada a la continuación de sus estudios e insertarse en una sociedad justa y equitativa.

2.4.2. Misión de la U.E. Piedra Larga.-

Su misión es atender a todos los alumnos en edad escolar entregándoles los medios y recursos necesarios para alcanzar aprendizajes significativos, abriendo espacios de participación efectiva de las familias y comunidad en actividades propuestas por la Unidad Educativa.

2.4.3. Objetivos de la U.E. Piedra Larga.-

- Atender a la demanda de la población escolar, entregando las condiciones pertinentes, para su desarrollo intelectual, emocional, social, afectivo y valórico.
- Mantener comunicación permanente con los padres y apoderados para vincularlos a las actividades de la escuela.

2.5. CARACTERÍSTICAS DE LA U.E. JUAN PABLO II.-

En el año 1988 se fundó oficialmente esta unidad educativa, con el nombre de “Juan Pablo II” en reconocimiento al apoyo incondicional brindado por la iglesia y en homenaje a la llegada del Papa Juan Pablo II a Tarija el 13 de mayo de 1988.

En 1987 ya se contaba con la infraestructura, mas su funcionamiento no fue tan fácil, tuvieron que pasar por diferentes situaciones.

En el año 1989 se funda el colegio secundario a cargo de la profesora Jenny Cruz Ruiz con un solo curso primero de secundaria con 16 estudiantes

El 2 de octubre de 1997 se firma un convenio entre iglesia –estado para catolizar la Unidad, pasando a depender administrativamente de la comunidad Educativa de la iglesia Local C. E. I. L. –Tarija.

Después de 24 años desde su fundación hoy la Unidad Educativa presta sus servicios en dos turnos, por la Mañana con el nivel Inicial y Primario, y por la Tarde nivel Secundario; cuenta con más de 50 maestros/as y con estudiantes que pasan de los 1000.

2.5.1. VISIÓN.-

La Unidad Educativa “Juan Pablo II” al 2017 es reconocida como una institución educativa modelo, por su oferta educativa de calidad (Técnico -Humanístico) desarrollando en los estudiantes, las dimensiones, competencias, capacidades y actitudes, con alto grado de conciencia social, y cristológica, descolonizadora, orientada al vivir bien.

2.5.2. MISIÓN.-

La Unidad Educativa “Juan Pablo II” es una institución educativa católica de convenio, cuyo fundamento se basa en los valores del Evangelio de Jesucristo y las cosmovisiones de los pueblos, tiene como misión la formación integral de niños y niñas, adolescentes y familias con conciencia social y de calidad humana, desarrollando las necesidades básicas de aprendizaje, científicas , técnicas y tecnológicas acordes al avance de la ciencia, generando una comunidad educativa comprometida con la identidad institucional.

2.5.3. OBJETIVOS.-

- Nuestro objetivo principal es fomentar el valor de solidaridad en los estudiantes a través de una acción social participativa concreta.
- Sensibilizar a los jóvenes con las realidades sociales difíciles y que mediante ello valoren su situación familiar y económica y a partir de ello que cada uno adquiera responsabilidades sociales desde su misma vida estudiantil.

3.1. OBJETIVO GENERAL.-

- Implementar el Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, con la finalidad de prevenir el consumo de alcohol y otras drogas, dirigido a padres de familia de Unidades Educativas en la ciudad de Tarija, durante la gestión 2017.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.-

- Evaluar el grado de conocimiento inicial, que tienen los padres de familia, sobre la temática a tratar, a través de la aplicación de un pre test.
- Desarrollar el programa de prevención “Familias Fuertes: Amor y Límites”, a través de capacitaciones y talleres que promuevan la comunicación, empatía, demostración de afecto, protección y control parental.
- Evaluar los conocimientos adquiridos luego de la aplicación del programa de prevención Familias Fuertes, a través de la aplicación de un pos test.
- Realizar Ferias Educativas, conjuntamente con los padres de familia, respecto al tema de prevención del consumo de alcohol y otras drogas, las mismas que cumplirán la función de fortalecer el proceso de aprendizaje, obtenido durante todo el programa “Familias Fuertes”.

4.1. PREVENCIÓN.-

4.1.1. Concepto de Prevención.-

Como lo señala Goldstone (1977) *“la prevención constituye un conjunto de actividades dirigidas específicamente a identificar los grupos vulnerables de alto riesgo y para los que pueden emprenderse medidas con el objetivo de evitar el comienzo de problema”*¹⁵.

Viladomiu, (2009) indica al respecto: *“La prevención se desarrolla en la vida cotidiana y en el entorno directo de las personas: la familia, la escuela, el puesto de trabajo, el municipio o el barrio. El modelo de intervención preventiva biopsicosocial destaca la responsabilidad individual y social en el mantenimiento de la salud, entendiendo ésta en todas sus dimensiones: biológica, psicológica, social, cultural y espiritual”*.¹⁶

La prevención se concibe en la actualidad como un abordaje que incluye todas las disciplinas y los diferentes sectores de la sociedad. Debe haber una articulación del conocimiento interdisciplinario, además de una tarea que debe involucrar a toda la comunidad en general, padres, maestros, autoridades, jóvenes, iglesia, etc.

4.2. PREVENCIÓN DEL USO INDEBIDO DE DROGAS.-

Martinez, J. y Robles, L. (2008), define prevención de drogodependencias como *“un proceso activo de implementación de iniciativas tendentes a modificar y mejorar la*

¹⁵ Goldstone (1977)

¹⁶ Viladomiu, (2008). 581-588

formación integral y la calidad de vida de los individuos, fomentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva ante la oferta de drogas”¹⁷.

Según Teresa Salvador, el concepto más aceptado sobre prevención de abuso de drogas es *“el que engloba a todas cuantas iniciativas (políticas, estrategias, programas o actividades) intentan específicamente, y basándose en la evidencia disponible en cada momento, reducir la prevalencia del consumo de sustancias psicoactivas, retrasar la edad del primer consumo de las distintas drogas, así como evitar o reducir los daños personales o sociales producidos por el consumo, el uso inadecuado o el abuso de drogas”*¹⁸ Becoña, E., y otros (2009).

Prevenir el uso o abuso del consumo de drogas, no puede limitarse a la advertencia de los riesgos, es preciso ir más allá. Prevenir exige apoyar el desarrollo de las personas y de los grupos sociales, muy concretamente de los jóvenes, tratando de generar espacios de una mayor libertad. Libertad que hay que entender como la capacidad de ser autónomo, de tener más opciones viables, de ser más capaz de organizar la propia vida, sin necesidad (o con menos necesidad) de acudir a apoyos exteriores; mucho menos, a soluciones "mágicas" que terminan por volverse contra la propia persona, empobreciéndola y limitándola.

4.2.1. Tipos de Prevención en Drogodependencias.-

Según Becoña (2005)¹⁹, el campo de la prevención de las drogodependencias hasta hace unos años hacía la diferenciación de la prevención en tres tipos, a partir de la propuesta hecha por Caplan (1980). Éste diferenciaba la prevención primaria, la secundaria y la terciaria.

- **En la prevención primaria** intervenimos antes de que surja la enfermedad tiene como misión impedir la aparición de la misma mediante intervenciones

¹⁷ Martínez, J. y Robles, L. (2005), 222-228.

¹⁸ Becoña, E., Míguez, M.C., López, A., Vázquez, M.J., y Lorenzo, M.C. (2008), 89-111

¹⁹ Becoña, E. (2005), p230

para que las personas no consuman drogas, evitando los factores de riesgo y desarrollando los factores de protección.

- **En la prevención secundaria**, el objetivo es localizar y tratar lo antes posible las enfermedades cuya génesis no ha podido ser impedida por las medidas de prevención primaria; esto es, que si surge un problema con las drogas se pueda frenar su avance y evitar que se convierta en un problema mayor.
- **La prevención terciaria**, se lleva a cabo algún tiempo después de que la enfermedad se haya declarado y su objetivo es evitar complicaciones y recaídas. Se centra en el tratamiento y rehabilitación de la dependencia de las drogas.

4.3. DROGAS.-

Según la OMS (2013), *“droga es toda sustancia que introducida en un organismo vivo por cualquier vía (inhalación, ingestión, intramuscular, endovenosa), es capaz de actuar sobre el sistema nervioso central, provocando una alteración física y/o psicológica, la experimentación de nuevas sensaciones o la modificación de un estado psíquico, es decir, capaz de cambiar el comportamiento de la persona, y que posee la capacidad de generar dependencia y tolerancia en sus consumidores”*.²⁰

Para algunos autores, como Fernández-Espejo (2006) una droga es *“toda sustancia natural o sintética que genera adicción, es decir, la necesidad imperiosa o compulsiva de volver a consumir para experimentar la recompensa que produce, que es sensación de placer, euforia, alivio de la tensión, etc.”*²¹

De acuerdo a lo antes mencionado, el término droga se utiliza para referirse a aquellas sustancias que provocan una alteración del estado de ánimo y son capaces de producir adicción. Este término incluye no solo las sustancias que popularmente son

²⁰ OMS (2013)

²¹ Fernández-Espejo (2008)

consideradas como drogas por su condición de ilegales, sino también diversos psicofármacos y sustancias de consumo legal como el tabaco, el alcohol o las bebidas que contienen derivados de la cafeína o la teofilina, como el café o el té; además de sustancias de uso doméstico o laboral como las colas, los pegamentos y los disolventes volátiles.

4.4. TIPOS DE DROGAS.-

4.4.1. Drogas Lícitas.-

4.4.1.1. El Alcohol.-

El consumo de alcohol es un “hábito” fuertemente arraigado y culturalmente aceptado por la mayoría de los países occidentales. Es una droga legal que se “usa” habitualmente en la gran parte de los acontecimientos sociales que se producen en estas culturas.

Sin embargo, el uso puede convertirse en abuso o en dependencia. *“El uso hace referencia a aquel consumo que, por producirse con una frecuencia mínima y en cantidades pequeñas, normalmente no reporta al individuo consecuencias negativas (físicas, psicológicas o sociales). El abuso es aquel consumo que puede tener consecuencias muy negativas (agudas o crónicas) para las personas bien porque se superen determinadas cantidades, bien debido a las actividades que se realizan simultáneamente. La dependencia la presentan las personas bebedoras habituales que ya han desarrollado tolerancia al alcohol y por ello, cada vez tienen que beber mayores cantidades para conseguir el mismo efecto”.*²²

El alcohol, una vez ingerido, se absorbe sobre todo en el intestino delgado. La rapidez de absorción depende del alcohol que llegue hasta el estómago y especialmente al intestino delgado.

²² Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables para una nueva vida, extraído de http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/prevad_cap1.pdf

La presencia de alimentos en el estómago, la cantidad de alcohol ingerida y las características de la bebida consumida, influyen en la velocidad de absorción del alcohol y su paso a la sangre. Una vez en la sangre, se distribuye por todos los órganos del cuerpo humano, afectando de forma especial al cerebro (y por tanto al comportamiento de las personas) y al hígado, encargado principal de su metabolismo. El alcohol es un depresor del sistema nervioso central, retrasa el tiempo de reacción, produce una falta de percepción del riesgo, proporciona una sensación de falsa seguridad, provoca una descoordinación psicomotora, conlleva alteraciones sensoriales, principalmente de la visión, origina somnolencia, cansancio y fatiga.

La defensa metabólica ante el alcohol es más baja en los adolescentes, por lo que su consumo en estas etapas de la vida puede producir más fácilmente alteraciones orgánicas y/o psicológicas, tales como: alteraciones de las relaciones con la familia, compañeros y maestros, bajo rendimiento escolar, empeora el aspecto físico, agresiones, violencias y alteraciones del orden público y la adopción de conductas de alto riesgo (conducir tras haber bebido o subir en coche o moto de un amigo que ha bebido, realizar actividades sexuales de riesgo, etc.)

Los efectos se presentan en una secuencia de cinco etapas, siempre que el individuo continúe bebiendo y de acuerdo con la cantidad y el tipo de bebida ingerida, así como el volumen de alimentos que se encuentran en el estómago, el sexo y el peso corporal de la persona y las circunstancias en que se bebe:

Primera: el sujeto se ve relajado, comunicativo, sociable y desinhibido debido a que el alcohol deprime primero los centros nerviosos que controlan la inhibición de los impulsos, por lo que la conducta se libera y el individuo parece excitado.

Segunda: su conducta es esencialmente emocional, presenta problemas de juicio y de coordinación muscular, así como trastornos de la visión y del equilibrio.

Tercera: el individuo experimenta confusión mental, se tambalea al caminar, tiene visión doble y reacciones variables del comportamiento: pánico, agresividad o llanto,

además de serias dificultades para pronunciar adecuadamente las palabras y para comprender lo que oye.

Cuarta: no puede sostenerse en pie; sufre vómitos, incontinencia de la orina y aturdimiento; está cerca de la inconsciencia.

Quinta: inconsciencia, ausencia de reflejos. El individuo puede entrar en estado de coma que puede llevarlo a la muerte por una parálisis respiratoria.

Cuando una persona ingiere una copa, el 20% del alcohol presente en esa bebida es absorbido en forma inmediata a través de las paredes del estómago y pasa directamente a la sangre. El otro 80% es absorbido lentamente y también lo hace desde el intestino delgado para circular en la sangre. Si la ingestión de bebidas alcohólicas se detiene o continúa en forma moderada, las concentraciones de alcohol en la sangre se mantendrán bajas, pues un hígado sano podrá metabolizarlas y eliminarlas a través de la orina y el aliento.

Sin embargo, cuando la velocidad de ingestión y la cantidad tomada rebasan la capacidad de eliminación, se alteran la coordinación muscular y el equilibrio, se obstaculizan la memoria y el juicio y se puede llegar a estados de intoxicación que ponen en riesgo la vida.

4.4.1.1.1. Consecuencias Físicas y Sociales del Consumo reiterado de Alcohol.-

Después de un tiempo de abusar del consumo de bebidas alcohólicas ocurre un deterioro gradual en diversos órganos como estómago, hígado, riñones y corazón, así como en el sistema nervioso. Existe una serie de enfermedades que se relacionan con el consumo reiterado de bebidas alcohólicas; la mayoría de ellas son causas principales de mortalidad en nuestro país, como la cirrosis hepática y los padecimientos cardiacos. Algunos estudios señalan que quienes se inician en el abuso de las bebidas alcohólicas desde jóvenes tienen una expectativa de vida cinco o diez años menor que quienes no siguen esta conducta.

El abuso de bebidas alcohólicas tiene diversas consecuencias sociales, como por ejemplo accidentes de tránsito, peleas, ausentismo laboral/escolar, accidentes laborales, violencia y maltrato intrafamiliar, disolución del núcleo familiar, entre otras. Así también no podemos dejar de mencionar que el alcohol es una de las drogas más peligrosas para la mujer embarazada, especialmente durante los primeros meses, ya que se transforma en sustancias dañinas para las células que son absorbidas por el feto. Tomado en cantidades abundantes, el alcohol aumenta el riesgo de que nazcan niños con defectos como el síndrome alcohólico fetal, que implica la formación de un cráneo pequeño, facciones anormales, así como retardo físico y mental. Consumir bebidas alcohólicas al final del embarazo también puede afectar al feto. Los médicos están de acuerdo en que la mujer debe abstenerse de tomar alcohol desde el momento en que decide embarazarse, o por lo menos desde que sabe que está en cinta.

4.4.1.2. Tabaco.-

*Es una “planta originaria de América cuyo uso ha dejado de ser curativo y ceremonial. Esta droga se considera dentro de la clasificación de los estimulantes; su principio activo es la nicotina, que tiene una gran variedad de efectos complejos y, a veces, impredecibles tanto en la mente como en el cuerpo; es la responsable de la adicción al tabaco”.*²³

Además de la nicotina, el humo del tabaco contiene alquitrán, que provoca cáncer de pulmón y de otros órganos.

En el humo del cigarrillo se han identificado más de 4 mil sustancias tóxicas entre las que se encuentran monóxido de carbono, amonio, plutonio, etc. Aproximadamente 40 de estas sustancias, como el benceno, el níquel y el polonio, tienen potencial cancerígeno.

²³ Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables para una nueva vida, extraído de http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/prevad_cap1.pdf

El consumo de la nicotina causa una descarga de dopamina en las áreas del cerebro que controlan el placer y la motivación. En contraste, también puede producir efectos sedantes, dependiendo de la dosis consumida y del nivel de excitación del sistema nervioso del fumador. Al fumar tabaco, la nicotina se distribuye en el organismo, llegando al cerebro diez segundos después de la inhalación. Con la exposición a la nicotina, se estimula la producción de adrenalina, provocando una descarga de glucosa que incrementa la presión sanguínea, la respiración y el ritmo cardiaco.

4.4.1.2.1. Consecuencias físicas del consumo reiterado.-

La exposición continua al tabaco está asociada con las siguientes enfermedades:²⁴

- Cáncer de pulmón, boca, faringe, esófago, estómago, páncreas, cérvico-uterino, renal y/o vesícula.
- Del sistema respiratorio, como bronquitis crónica, asma y enfisema.
- Del corazón, como deficiencia coronaria (falta de afluencia de sangre al órgano, lo que ocasiona infarto).
- Padecimientos cerebro-vasculares, derrames cerebrales, aneurisma (deformación o incluso rotura de las paredes vasculares), problemas circulatorios e hipertensión (presión arterial alta).
- Embolias y accidentes cardio y cerebro-vasculares, sobre todo en mujeres que fuman y toman anticonceptivos.
- Resequedad de la piel, arrugas prematuras y pérdida de piezas dentales.
- Molestias vinculadas con la menstruación que se relacionan con menopausia temprana, algunos casos de esterilidad o concepción retardada.

²⁴ Ibidem

- Disfunción eréctil (impotencia sexual); el consumo de tabaco es una de sus causas más frecuentes.

Se debe tomar en cuenta que los fumadores pasivos, es decir, aquellas personas que están expuestas involuntariamente al humo de tabaco en cualquier sitio cerrado o que conviven con individuos que fuman, pueden sufrir diversos daños, tales como cáncer pulmonar, enfermedades cerebro-vasculares, asma, padecimientos respiratorios, problemas de oído, etcétera. Algunas investigaciones han demostrado que la inhalación involuntaria incrementa la gravedad en los casos de asma infantil y la posibilidad de sufrir síndrome de muerte súbita (muerte repentina de un niño menor de un año de edad, también conocida como muerte de cuna).

El consumo de tabaco eleva el riesgo de que el feto experimente retraso en el desarrollo, además de que la madre tenga parto prematuro, abortos espontáneos, niños de bajo peso, muerte fetal (desde las 20 semanas de gestación hasta el momento del parto), muerte neonatal (desde el nacimiento hasta los primeros 28 días), así como muerte súbita. Cuando las madres fuman durante el embarazo, aumenta su probabilidad de tener hijos con trastornos de déficit de atención e hiperactividad (niños extremadamente inquietos).

4.4.2. Drogas Ilícitas.-

4.4.2.1. Marihuana.-

La marihuana es una *“sustancia psicoactiva obtenida del cannabis sativa, un arbusto silvestre que crece en zonas templadas y tropicales, pudiendo llegar una altura de seis metros, extrayéndose de su resina el hachís, y de sus hojas la marihuana. Se consume preferentemente fumada, aunque pueden realizarse infusiones, con efectos distintos.”*²⁵

²⁵La Marihuana, Extraído de https://es.wikipedia.org/wiki/Cannabis_sativa

Su componente psicoactivo más relevante es el delta-9-tetrahidrocannabinol (delta-9-THC), conteniendo la planta más de sesenta componentes relacionados. Un cigarrillo de marihuana puede contener 150 mg. de THC, y llegar hasta el doble si contiene aceite de hachís, lo cual según algunos autores puede llevar al síndrome de abstinencia si se consume entre 10 y 20 días. La tolerancia está acreditada, siendo cruzada cuando se consume conjuntamente opiáceos y alcohol. Respecto a la dependencia, se considera primordialmente psíquica. Los síntomas característicos de la intoxicación son: ansiedad, irritabilidad, temblores, insomnios, muy similares a los de las benzodiacepinas.

Nos encontramos actualmente con un fenómeno de tolerancia social en el que el consumo de cannabis se ha desdramatizado y desmitificado, de tal manera que sus patrones de consumo y formas de iniciación al mismo son cada vez más superponibles a los de bebidas alcohólicas, siendo en estos momentos la droga más consumida tras el alcohol y el tabaco, ya sea por su bajo costo o por su aceptación en el mercado potencial.

En general, existen dos alteraciones que la mayoría de autores han descrito como reproducibles tras el consumo de pequeñas dosis de cannabis: trastornos en la memoria inmediata y disminución de la capacidad de realización de determinadas funciones (como aquellas en las que se involucró el tiempo de reacción, la formación conceptual, el aprendizaje, la coordinación motora perceptual, la capacidad de atención y la detección de señales o estímulos).

4.4.2.2. Cocaína

La cocaína es una de las drogas adictivas más potentes. Una vez que una persona ha probado la cocaína, no puede prever ni controlar hasta qué punto seguirá usándola. "Crack" es el nombre vulgar de la cocaína obtenida a partir de clorhidrato de cocaína y convertida en cristales que se pueden fumar. El término "crack" se refiere al crujido que se oye cuando se fuma (o se calienta) la mezcla.

La cocaína es un fuerte estimulante del sistema nervioso central. Los efectos físicos del uso de cocaína incluyen constricción de los vasos sanguíneos periféricos, dilatación de las pupilas y aumento de la temperatura, la frecuencia cardíaca y la tensión arterial. Algunos usuarios de cocaína dicen que sienten desasosiego, irritabilidad y ansiedad. Se puede desarrollar una tolerancia importante y muchos adictos dicen que tratan, en vano, de que la droga les produzca tanto placer como durante la primera exposición. Las pruebas científicas indican que la potente propiedad de refuerzo neuropsicológico de la cocaína lleva a la persona al uso continuo, a pesar de las consecuencias físicas y sociales nocivas. En casos raros, puede ocurrir muerte repentina la primera vez que se usa cocaína o inesperada de ahí en adelante. Sin embargo, no hay forma de determinar quién tendría predisposición a la muerte repentina.

Las dosis elevadas o el uso prolongado de cocaína o ambas cosas pueden desencadenar paranoia. El fumar cocaína crack puede producir una conducta paranoide particularmente agresiva en los usuarios.

Cuando los adictos dejan de usar cocaína, a menudo se deprimen. Eso también puede llevar a un mayor uso de cocaína para aliviar la depresión.

La inhalación prolongada de cocaína puede resultar en ulceración de la membrana mucosa de la nariz y puede lesionar tanto el tabique nasal como provocar su colapso.

Las muertes relacionadas con el uso de cocaína se producen a menudo como consecuencia de paro cardíaco o ataques, seguidos de paro respiratorio.

Cuando la gente mezcla el consumo de cocaína con el de alcohol, agrava el peligro que presenta cada droga y, sin saberlo, hace un complejo experimento químico en su propio cuerpo, aumentando el riesgo de muerte repentina.

4.4.2.3. Alucinógenos – LSD

La LSD (dietilamida del ácido lisérgico) es una de las principales drogas en la categoría de alucinógenos. La LSD fue descubierta en 1938 y es una de las sustancias químicas más potentes entre las que alteran el estado de ánimo. Se fabrica a partir del ácido lisérgico, presente en un hongo que crece en el centeno y otros cereales. La LSD, comúnmente llamada "ácido", se vende en la calle en tabletas, cápsulas y, a veces, en líquido. Es inodora, incolora y tiene un sabor ligeramente amargo. Suele ingerirse por la boca. Con frecuencia, la LSD se agrega a papel absorbente, como papel secante, y se divide en pequeños cuadrados decorados, cada uno de los cuales constituye una dosis.

Los efectos de la LSD son impredecibles. Dependen de la cantidad ingerida; la personalidad, el estado de ánimo y las expectativas del usuario; y el medio ambiente en que se use la droga. Por lo general, el usuario siente los primeros efectos de la droga de 30 a 90 minutos después de tomarla. Los efectos físicos incluyen dilatación de las pupilas, aumento de la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca y la tensión arterial, sudor, inapetencia, insomnio, sequedad en la boca y temblores.

Las sensaciones y los sentimientos cambian mucho más drásticamente que los signos físicos. Es posible que el usuario sienta distintas emociones a la vez o pase rápido de una emoción a otra. Si se toman dosis altas, la droga produce delirio y alucinaciones visuales. El sentido del tiempo y de sí mismo cambia en el usuario. Las sensaciones parecen "cruzarse" y dan al usuario la idea de oír los colores y ver los sonidos.

Estos cambios pueden ser atemorizantes y causar pánico. Los usuarios dan el nombre de "viaje" a su experiencia con la LSD y de "mal viaje" a las reacciones adversas agudas. Estas experiencias son prolongadas; por lo general, comienzan a desaparecer al cabo de unas 12 horas. Muchos usuarios de LSD tienen "flashbacks" o recurrencias de experiencias sin haber ingerido la droga de nuevo. Una recurrencia ocurre súbitamente, sin previo aviso y puede ocurrir desde unos días, hasta un año después del uso de LSD. Los "flashbacks" ocurren en personas que han utilizado alucinógenos en forma crónica o que tienen problemas de personalidad. Sin embargo, personas que

no tienen otros problemas de salud, pueden también experimentar "flashbacks." Los "viajes malos" y las recurrencias son solo parte de los riesgos del uso de LSD.

Los usuarios de la LSD pueden manifestar psicosis relativamente prolongadas, tales como esquizofrenia o depresión severa. Es difícil determinar el alcance y el mecanismo de relación de la LSD con estas enfermedades. LSD produce tolerancia, de manera que algunos usuarios constantes deben tomar dosis cada vez mayores para lograr el estado de intoxicación previo. Esta es una práctica sumamente peligrosa, dada la naturaleza impredecible de los efectos de la droga.

4.4.2.4. Síntesis-éxtasis

La metilendioximetanfetamina (MDMA), cuyos nombres son: "éxtasis", "Adam" o "X-TC", es una droga sintética psicoactiva (que altera la mente), con propiedades alucinógenas y similares a las de las anfetaminas. Su estructura química es similar a la de otras drogas sintéticas causantes de daños cerebrales.

Pueden provocar dificultades psicológicas, incluyendo confusión, depresión, problemas con el sueño, aumento del deseo de consumir drogas, ansiedad grave y paranoia mientras se toma la sustancia y a veces varias semanas después de tomarla. Como síntomas físicos pueden provocar deshidratación (pérdida de líquido del cuerpo), hipertermia (aumento de la temperatura), tensión muscular, náuseas, movimientos oculares rápidos, desmayos, escalofríos o sudor. Como aumenta la frecuencia cardíaca y la tensión arterial, el riesgo que constituye para las personas con enfermedades circulatorias o cardíacas es especialmente importante.

4.4.2.5. Psicofármacos estimulantes

Entre los psicofármacos estimulantes destacan las anfetaminas que son producidas de forma sintética en laboratorios. Son psicofármacos estimulantes porque su acción principal es potenciar la actividad del Sistema Nervioso Central.

Inicialmente fueron fármacos de frecuente prescripción médica que actualmente se ha restringido, aunque su presencia en el mercado clandestino sigue siendo habitual.

Los efectos más inmediatos que se derivan de su consumo son: Sensación de euforia que se manifiesta con excitación nerviosa, insomnio, agitación, en ocasiones agresividad, ausencia de apetito y de fatiga e hiperactividad.

Se puede sentir sed, sudoración, taquicardia, aumento de la tensión arterial, náuseas, malestar, dolor de cabeza, vértigos.

A veces aparecen muecas exageradas y anormales de la mandíbula o movimientos repetitivos. Las sobredosis aumentan la temperatura corporal, pueden causar inquietud, alucinaciones, irritabilidad, convulsiones e incluso la muerte. El uso prolongado de anfetaminas puede dar lugar a depresiones severas, tolerancia y dependencia psicológica que provoca en la persona un fuerte deseo o necesidad imperiosa de consumirlas. Puede aparecer además un cuadro denominado psicosis tóxica anfetamínica, que se caracteriza por una gran excitabilidad, temblor, síntomas delirantes y alucinatorios, etc. Con frecuencia se confunde con la esquizofrenia.

4.4.2.6. Psicofármacos depresores

Los psicofármacos depresores son sustancias que afectan al sistema nervioso central cuyo uso continuado puede producir dependencia. Los más conocidos son los barbitúricos y las benzodiazepinas.

a) Barbitúricos

Todos los barbitúricos son depresores del sistema nervioso. Se prescriben para tratar problemas de insomnio u otros trastornos psicológicos. Su consumo en dosis elevadas provoca una seria disminución de los reflejos y un enlentecimiento respiratorio que puede llevar hasta el coma y la muerte. Un consumo prolongado puede provocar anemia, hepatitis, depresión o falta de coordinación psicomotora.

b) Benzodiacepinas

Estos fármacos son los que más se recetan en la práctica clínica (tratamiento de los trastornos de ansiedad) dado que presentan menos efectos secundarios que los barbitúricos. Normalmente inducen a un estado de relajación muscular y somnolencia. En algunas ocasiones producen desinhibición y la persona que las utiliza puede llegar a mostrarse excitable, o incluso agresivo. En dosis elevadas provocan náuseas, aturdimiento, confusión, disminución de la coordinación psicomotriz, etc. Las benzodiacepinas tienen capacidad de desarrollar dependencia a las mismas. Los síntomas de abstinencia son: aumento de la ansiedad, insomnio, irritabilidad, náuseas, dolor de cabeza y tensión muscular, temblor y palpitaciones y variaciones del estado de ánimo.

4.5. FACTORES DE PROTECCIÓN.-

Un factor de protección es aquel atributo individual, condición situacional, ambiente o contexto que reduce la probabilidad del uso problemático de drogas.

Señalar que los factores protectores no solo pueden reducir la probabilidad del uso y/o abuso de drogas, sino que también pueden inhibirla.

Los factores de protección se clasifican en dos grupos²⁶:

1.- Los factores de protección relacionados con las características del individuo abarcan un amplio conjunto de variables como: las actitudes positivas hacia la salud, capacidad para tomar decisiones, los valores, la competencia individual para la interacción social.

2.- Los factores de protección vinculados al contexto social son los factores de protección que nacen en la sociedad y van destinados a ella. Tienen la capacidad de

²⁶ Factores de protección para el consumo de drogas. Extraído de <http://www.saludlibertad.com/publicaciones/adicciones/factores-de-proteccion-para-el-consumo-de-drogas/>

favorecer cambios en los hábitos de comportamiento de los grupos y los individuos.
Los principales factores de protección vinculados al contexto social son:

a) Factores de protección familiares:

- Buena comunicación.
- Prescindir del consumo en el hogar.
- Pautas educativas correctas.
- Padres afectivamente cercanos.
- Buen apego familiar.

b) Factores de protección escolares:

- Ausencia de drogas.
- Buen clima escolar.
- Ubicación del centro.
- Actitudes profesorado.
- Ausencia de compañeros conflictivos.

c) Factores de protección laborales:

- Buena organización del trabajo.
- Contenidos de tareas.
- Buen ambiente laboral.
- Interacción adecuada con compañeros.

d) Factores de protección grupales:

- Independencia de sus miembros.
- La asertividad.
- Aficiones saludables.
- Sobre todo: la educación.

e) Factores de protección macrosociales:

- Dificil acceso a las drogas.
- Ocio y tiempo libre enriquecedores.
- Generación acciones comunitarias.
- Oportunidades desde la comunidad.
- Promoción de la salud.

4.6. FACTORES DE RIESGO.-

Un factor de riesgo es un atributo, característica individual, condición, situación y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad de uso y/o abuso de drogas (en el inicio del consumo de una persona) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (mantenimiento de dicho consumo).

En esencia, un factor de riesgo *“es una característica interna y/o externa al individuo cuya presencia aumenta la probabilidad o la predisposición de que se produzca un determinado fenómeno”*.²⁷ Estas características personales, sociales, familiares, etc. permitirían predecir el desarrollo de la conducta de consumo de drogas y situarían al sujeto en una posición de vulnerabilidad hacia ese tipo de comportamiento.

²⁷ Luengo, M.A., Romero Tamames, E. Gómez Fragueta, y otros, 2009. Pág. 58

Existen tres grupos principales de factores de riesgo:

- **Factores de riesgo individuales:** Hacen referencia a las características internas del individuo, a su forma de ser, sentirse y comportarse.
- **Factores de riesgo relacionales:** Son aquellos aspectos relativos al entorno más próximo de la persona. La interacción específica de cada sujeto con la familia, los amigos y el contexto escolar determina una situación peculiar.
- **Factores de riesgo sociales:** Hacen referencia a un entorno social más amplio. La estructura económica, normativa, la accesibilidad al consumo, la aceptación social del mismo y las costumbres y tradiciones imprimen unas características que diferencian a unas culturas de otras y por tanto afectan a la conducta del individuo.

4.7. MITOS Y REALIDADES SOBRE LAS DROGAS

El vertiginoso aumento en el uso y abuso de las drogas ha provocado la aparición de una gran cantidad de información acerca del tema que no siempre es verdadera.

A continuación se revisan algunos mitos y realidades:

- **El fumar solo daña a quien consume.**

Falso. Quienes fuman afectan a los que conviven con ellos, por ejemplo, a los cónyuges y los hijos. Como se mencionó, los hijos de padres fumadores pueden padecer más infecciones respiratorias y problemas del oído, crisis de asma frecuentes y severas, predisposición a bronquitis y neumonías; en tanto que en los recién nacidos es común el síndrome de muerte súbita. Los cónyuges tienen mayor probabilidad de sufrir bronquitis crónica y enfisema pulmonar, cáncer pulmonar, bucal o de vejiga, infarto al corazón y enfermedades cerebro-vasculares. Asimismo, las embarazadas están en alto riesgo de abortar o tener hijos con bajo peso y menor desarrollo al nacer.

- **Fumar tiene efectos relajantes.**

Falso. La nicotina que contiene el tabaco es un estimulante que aumenta la tensión y la ansiedad. La “relajación” que se siente al fumar no es por el cigarrillo, sino por las circunstancias que se asocian al acto de fumar. Si le preguntaran a un ex fumador cómo se siente, seguramente dirá que más relajado, menos tenso y que puede dormir mucho mejor.

- **Fumar cinco cigarrillos al día no es fumar.**

Falso. Los efectos de la nicotina y las demás sustancias contenidas en el cigarro son acumulativos. Fumar poco, pero de forma continua, es tan perjudicial como los excesos esporádicos; por lo que no fumar es fumar NUNCA.

- **Hay gente a la que el cigarrillo no le hace daño.**

Falso. El cigarrillo perjudica la salud de todos los que lo consumen y de quienes están alrededor. Lo que sucede es que el grado de daño y el tiempo en el que éste se manifiesta varían en cada individuo.

- **Con café cargado o con un baño se baja la borrachera.**

Falso. El alcohol se elimina de la sangre solamente con el tiempo, hasta que el hígado lo transforma en azúcar, a razón de una bebida estándar por hora (un caballito de tequila, un bote de cerveza, un trago mezclado, una copa de vino, un tarro de pulque o un trago de whisky, ron, ginebra o vodka).

- **Una copa de vino tinto al día es saludable.**

Cierto parcialmente. Algunos estudios demuestran que consumir una copa de vino al día ayuda a disminuir el colesterol solo en adultos. Sin embargo, hay que tomar estrictamente una copa por día, siempre y cuando no se padezcan las siguientes enfermedades: hepatitis, diabetes, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, insuficiencia renal, gastritis o úlcera, ya que el vino aumentaría las molestias que causan estos padecimientos.

- **Las bebidas suaves, llamadas de moderación (vino, cerveza) emborrachan menos.**

Falso. Los efectos que produce el alcohol son los mismos si se toma una bebida llamada de moderación que otra más fuerte. La embriaguez ocurre cuando se sobrepasa la cantidad de alcohol que puede transformar el hígado en una hora.

- **Si tomo poco, puedo manejar sin riesgo.**

Falso. Aun en pequeñas cantidades, desde la segunda copa, el alcohol produce alteraciones en el sistema nervioso central que afectan la capacidad de respuesta de los reflejos y la percepción del tiempo-espacio.

- **Beber los fines de semana no hace daño.**

Falso. El daño que provoca el alcohol depende principalmente de la cantidad y no de cuándo se ingiere, ya que las sustancias provocan daños al hígado y al cerebro, y propician accidentes en la calle (choques y atropellamientos), en la casa y en el trabajo; además, genera violencia.

- **El alcohol tomado con bebidas energizantes no se sube.**

Falso. La única sustancia activa de este tipo de bebidas es la cafeína, la cual es un estimulante menor que por sus propiedades pone en alerta al sujeto; es decir, la persona se emborrachará igual y sufrirá los mismos daños a la salud por abusar del alcohol, la única diferencia es que se sentirá más despierto.

- **Fumar marihuana no causa adicción.**

Falso. La marihuana produce dependencia; es decir, la persona que la consume frecuentemente necesita aumentar la dosis para sentir los mismos efectos y poder

realizar ciertas actividades. Además, su uso tiene otras consecuencias que ponen en riesgo los sistemas respiratorio, reproductor, cardiovascular y nervioso central.

- **La marihuana no afecta al corazón.**

Falso. La marihuana acelera el ritmo cardiaco (produce taquicardia) hasta 50% más de lo normal y puede causar dolor a quienes padecen problemas cardiovasculares.

- **La marihuana no daña los pulmones.**

Falso. El humo de la marihuana inflama los pulmones e implica más riesgos de contraer enfermedades como la neumonía y la bronquitis crónica.

- **La marihuana tiene efectos medicinales.**

Falso. Está comprobado que la marihuana produce algunos efectos que podrían utilizarse en el campo de la medicina: disminuye la presión intraocular que se encuentra aumentada en los casos de glaucoma (presión alta en los ojos); incrementa el apetito de los pacientes con SIDA y disminuye la náusea y el vómito de los enfermos de cáncer terminal. Sin embargo, existen medicamentos más efectivos para lograr los mismos y aun mejores resultados en cada uno de estos casos, sin el riesgo de provocar adicción.

- **El crack o piedra es menos adictivo que la cocaína.**

Falso. El crack es la cocaína en forma de piedra. Esta sustancia es altamente adictiva, aun más que la cocaína que se inhala, porque produce efectos más rápidos y de una duración menor.

- **Las drogas de diseño (éxtasis, tachas, píldora del amor), al considerarlas de recreación, de discoteca o antro, son menos peligrosas.**

Falso. Las drogas de diseño que vienen en pastillas o cápsulas que parecen inofensivas son altamente peligrosas; además, se elaboran en laboratorios

clandestinos, donde mezclan diversos grupos de sustancias sin ningún control. No hay manera de saber qué sustancias y qué concentraciones contienen estas drogas.

- **Es mejor no hablar de drogas, ya que puede estimular el consumo.**

Falso. Es importante hablar sobre el tema, informarse y estar preparado para saber qué hacer y qué decir frente a la presión del medio. Todos nos relacionamos de alguna manera con las drogas, ya sea porque nos ofrecen o porque un amigo o un familiar las consume. En tal sentido, los padres, profesores y adultos en general pueden y deben apoyar a niños, a jóvenes y a otros adultos, a enfrentar el problema y ayudarlos a encontrar respuestas para tomar buenas decisiones.

- **Algunas drogas incrementan la potencia sexual.**

Falso. El efecto real que provocan es la desaparición de inhibiciones y como consecuencia se está más “accesible” para la realización del acto sexual. Por otro lado, algunas sustancias psicoactivas alteran la percepción del tiempo, dando la impresión de que un coito de cinco minutos se prolonga por horas.

4.8. DEFINICIÓN DE FAMILIA.-

Ackerman, conceptualiza a la familia como la *“unidad básica de desarrollo y experiencia, de realización y fracaso. Señala también que es la unidad básica de la enfermedad y la salud, la cual se va a adaptar a las condiciones de vida que dominan en un lugar y tiempo dados. Así, la familia es en todo sentido el producto de la evolución, en la cual la sociedad moldea su funcionamiento para hacerla más útil y funcional al sistema social predominante”*.²⁸

Kumpfer, plantea que *“un ambiente familiar positivo, afirmado en los vínculos familiares, en una supervisión adecuada de madres y padres del comportamiento de*

²⁸ Ackerman, Nathan, 2005. Págs.35 y 37

*los hijos, una comunicación de los valores familiares pro-sociales, son aspectos que protegen a los jóvenes de desarrollar conductas de riesgo, como el consumo de sustancias, la delincuencia y el sexo precoz o sin protección”.*²⁹

4.8.1. Principales Funciones de las Familias.-

Las funciones de las familias están orientadas a asegurar la satisfacción de las necesidades básicas, la socialización de sus miembros, la organización de los afectos, definición de límites en la conducta y normas de convivencia, a la facilitación del proceso de individuación y consolidación de la identidad; así como a la transmisión de valores, el desarrollo de la sexualidad, la construcción de vínculos primarios y secundarios y a la formación, empoderamiento y protección de los derechos de sus miembros.

Especialistas en familia como Ackerman, señalan algunas funciones básicas como: *“provisión de alimentos, abrigo y atención de otras necesidades materiales, así como de protección frente al peligro externo. Una segunda función es la provisión de la unión social a través de lazos afectivos. Luego, la oportunidad de desplegar la identidad personal para enfrentar experiencias nuevas, así como el modelamiento de roles sexuales, el ejercicio de roles sociales y el fomento al aprendizaje; y el apoyo a la creatividad e iniciativa individual”.*³⁰

La Aplicación del Programa Familias Fuertes *“asegura bases para la estructuración de familias fuertes y empoderadas”*, a través de las siguientes funciones:³¹

1. Nutricia.- Es responsable de la nutrición alimentaria, emocional y afectiva de sus miembros.

2. Proveedora.- Vela por una atención de necesidades materiales básicas e integrales.

²⁹ Kumpfer, K.L, 2006. Pág.52.

³⁰ Ackerman, Nathan. 2005. Págs.39-40.

³¹ Baca, María Edith, 2014.

3. Socializadora.-Modela formas de sentir y actuar a través de pautas de crianza, el control de impulsos, los límites de la conducta y normas de convivencia.

4. Protectora.- Da seguridad, cuidado integral en todas las dimensiones del desarrollo adolescente: físico, neurobiológico, psico-emocional, afectivo, sexual, cognitivo. Protege derechos.

5. Constructora.- Contribuye en el proceso de individuación infantil y estructuración de la identidad y autoestima de cada uno de los miembros de la familia.

6. Transmisora.- Transmite pautas culturales, paradigmas, formas de pensar, mitos, el imaginario social sobre ser hombre y mujer, la forma de ejercicio de poder.

7. Formadora.- Modela valores en lo ético y moral. Modela desarrollo espiritual. Fomenta desarrollo de intereses y proyecto de vida.

4.8.2. Drogas y Familia.-

Nacemos en el seno de una familia, donde recibimos las primeras influencias de esta vida. Desde luego, no es la única influencia en el proceso de convertirse en persona, pero sí es muy importante. Es imposible que una familia no influya en sus miembros, y especialmente en la prole, aunque, a priori, no sabemos a ciencia cierta cómo va a ser esa influencia, que habrá de conjugarse con todas las demás que hay en nuestra sociedad.

En el tema de “la prevención de los daños relacionados con el consumo de drogas, la educación recibida en la familia es muy importante. Está demostrado que aspectos como una estrecha relación entre padres e hijos, una adecuada disciplina y formación en responsabilidad, una cohesión familiar o una comunicación abierta

*dentro de la familia, protegen a los hijos de futuros problemas por el consumo de drogas.”*³²

También influye el modelo de consumo de los propios padres; qué relación tienen éstos con las drogas y cómo la manejan, transmite información y actitudes a los hijos que pueden ayudar a evitar los daños o promoverlos.

Cuando un miembro de la familia tiene problemas relacionados con las drogas, éstos tienen un impacto en la familia, especialmente en los hijos, pero también en la pareja y los padres. Cómo maneja la familia estos consumos de uno de sus miembros será importante para el desarrollo de los mismos y para su implicación en un posible tratamiento.

Los miembros de la familia, pueden desarrollar depresión, ansiedad, estrés y fatiga por compasión a consecuencia del manejo y cuidado de algún familiar con uso problemático de sustancias.

En cuanto a lo psicológico, el familiar puede experimentar soledad, enojo, estrés, ansiedad, desesperanza, estigma y vergüenza a consecuencia de los problemas relacionados al consumo de sustancias,

El uso problemático de sustancias es un fenómeno que, no solo afecta al que consume drogas, sino que impacta el sistema familiar, ya que los familiares asumen la responsabilidad y la culpa por las conductas de la persona adicta. Es imperativo que los tratamientos de recuperación incluyan a la familia, a fin de lograr concientizar sobre este problema e incentivar la integración de los miembros que componen la familia.

Es de suma importancia que los familiares busquen ayuda para que logren ventilar sus emociones en cuanto a este problema. Por último, que comprendan que el enojo, la

³² XII Jornadas Municipales sobre Drogas La familia y las drogas. Extraído de www.sccalp.org/documents/0000/0284/xijornadasdrogasgijon.pdf

frustración y la tristeza son válidos en este proceso y que hacen lo mejor que pueden con los recursos que tienen.

En definitiva, cuando hablamos del consumo de drogas y de los problemas asociados, también hemos de hablar de la familia, porque los sufre, por lo tanto la familia, tiene un papel importante en su prevención y también en su evolución y solución.

4.9. DEFINICIÓN DE PADRES.-

Padres son *“aquellas personas que proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, implica promover el desarrollo de habilidades complejas que incluyen habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos”*³³, esto incluye a padres biológicos, padres adoptivos, custodios, abuelos, y otros que cumplen la función de padre.

Según la OMS/OPS se define tres dimensiones claves del rol de ser padres:

1. Abogar por los recursos necesarios
2. Supervisar la conducta, monitorear, regular, establecer límites, respetar la individualidad y modelar a los hijos
3. Relación significativa de aceptación, calidez, apoyo y amor.

4.10. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL PROGRAMA FAMILIAS FUERTES.-

4.10.1. Modelo Ecológico.-

Este modelo fue *“desarrollado por Uwe Bronfenbrenner, para entender el desarrollo humano sistémicamente, cuya centralidad recae en la persona”*³⁴.

³³ Organización Panamericana de la Salud/OMS, 2013

³⁴ Bronfenbrenner, Uwe, 1982. Págs. 22-27.

Se fundamenta en la relación dinámica y circular que existe entre la persona y su medio ambiente familiar, comunitario y social. Esta relación es transformadora. La persona es impactada por el medio adoptando conductas estereotipadas y modeladas. Y la persona a su vez, puede contribuir a modificar el medio, contribuyendo al cambio de patrones, estilos de vida y entornos. Es un proceso dinámico y circular. Este abordaje permite mirar los fenómenos sociales desde una perspectiva de factores determinantes estructurales que influyen nocivamente y son conocidos como predisponentes o distales. Los factores de riesgo que operan más a nivel comunitario se los reconoce como facilitadores o contextuales. Los factores de riesgo que operan a nivel familiar son llamados reforzadores o proximales.

4.10.2. Teorías para el cambio de la Conducta.-

Usar teorías orientadas al cambio de la conducta para aplicar eficazmente el Programa Familias Fuertes: Amor y Límites, es indispensable para producir el impacto previsto en la aplicación de este programa. Sin el uso de teorías en la aplicación del programa, no es posible alcanzar los resultados para los cuales fue diseñado este. Tampoco se alcanza los resultados previstos si no se respeta la fidelidad del programa, cualquier cambio de añadidos o supresiones en su metodología solo pueden ser realizados por las instituciones que le dieron origen, sobre la base de evidencias recogidas en estudios de impacto.

“Las teorías y los modelos son útiles para las etapas de planificación, implementación y evaluación de una intervención, pues:

a) aportan las herramientas necesarias para identificar qué es lo que deben conocer los planificadores de programas antes de diseñar e implementar un programa de intervención basado en la prevención;

b) ofrecen una idea acerca de cómo seleccionar las intervenciones adecuadas para cada programa, de que lleguen a los adolescentes y logren algún impacto en ellos y en su entorno; y

c) *Ayudan a identificar cuáles son los aspectos que se deben monitorear, medir o comparar en la evaluación de un programa*".³⁵

4.10.3. Teoría de la Autorregulación.-

*“La autorregulación es un proceso dinámico orientado a definir y lograr metas de salud o de desarrollo y está determinado por factores biológicos y factores ambientales. La capacidad de autorregulación aumenta con la edad, a medida que el lóbulo pre frontal del cerebro se desarrolla, es una habilidad que se aprende paulatinamente durante la adolescencia”*³⁶. Debido a las diferencias biológicas y ambientales, algunos adolescentes adquieren la capacidad de autorregularse con mayor facilidad que otros. Esta se asocia con menor uso de sustancias y mejor rendimiento.

La autorregulación se concreta cuando una persona es capaz de monitorear su propio repertorio de conductas, utilizando señales y retroalimentaciones del mundo exterior. Esto requiere de capacidades y habilidades para el establecimiento de metas, capacidad de automotivación y autodirección para alcanzar las mismas. Asimismo, *“se necesita de una capacidad para la autoevaluación de los errores, las debilidades y los obstáculos”*.³⁷

Pasos del proceso de autorregulación que sigue el programa “Familias Fuertes”:

1. El modelo autorregulatorio de los padres, ya que ellos funcionan como un ejemplo a seguir por sus hijos adolescentes.
2. La identificación de una conducta específica, a través de las sesiones busca generar nuevas conductas, tanto para los padres como para los adolescentes.

³⁵ Brienbauer, C y Maddaleno, M., 2008. P18.

³⁶ Muss, R. E., 1996. Pág.58

³⁷ Bartholomew, K. , 2005. Pág. 35

3. El establecimiento de metas, que se quiere lograr con la implementación del programa.
4. La evaluación de la respuesta recibida acerca de la realización de la conducta, generando un cambio de conducta en los participantes.
5. El cambio de conducta según la evaluación de la respuesta.

Es necesario que las habilidades de autorregulación sean adquiridas durante las etapas de desarrollo que coinciden con la pre-adolescencia y la adolescencia temprana, para prevenir conductas de riesgo asociadas con la falta de autorregulación.

4.10.5 Teoría de Modelos de Crianza Efectiva.-

Los modelos de crianza están basados en conceptos de estilos de demanda y atención. Predice que del cruce entre estilos de alta demanda y alta atención resulta el Modelo de Autoridad que es el modelo más protector y eficaz.

Clasifica en cuatro los estilos de crianza:

Autoridad: Significa alta demanda y alta atención. Es el modelo más eficaz. Se caracteriza por padres involucrados, con capacidad de respuesta inmediata, con un nivel de exigencia, en donde se combina, la calidez, la firmeza y la justicia. Fomenta los límites sin violencia.

Permisivo: Representa una alta atención y poca demanda. Este modelo es menos eficaz, puede ser cálido y exigente, pero no coloca límites a la conducta.

Autoritario: Se basa en una alta demanda y poca atención. Este modelo en la crianza no es eficaz. Provoca la necesidad de transgresión de la conducta. Los hijos no se sienten valorados, ni queridos, ni confiados, pero además se sienten culpables.

No involucrado: Se caracteriza por la poca demanda y la poca atención. Este es un modelo ausente, no responde, no se involucra, no es exigente ni firme. Con este modelo los hijos no se sienten valorados ni queridos.

Las propuestas de modelo de crianza no incluyen el modelo sobreprotector, que es el opuesto al modelo no involucrado y permisivo.

*“El modelo sobreprotector está basado en la necesidad de cubrir todas las necesidades y demandas de los hijos, dificultando su tolerancia a la frustración y el desarrollo de habilidades para aprender a valerse por sí mismos. Este modelo también tiene un efecto nocivo en el desarrollo adolescente. El resultado final de este modelo es la anulación progresiva como adolescente en la búsqueda de darle un propósito a su vida. Los hijos al no aprender a tolerar niveles básicos de frustración, al no haber aprendido a pensar sentir y actuar por sí mismos, al no haber aprendido a tomar decisiones sobre situaciones básica que los afectan, según su edad; tienen dificultades para embarcarse en metas y objetivos como resultado de la inseguridad emocional y miedos que los abruman”.*³⁸

La mayoría de los investigadores coincide en que *“la crianza efectiva se apoya en cuatro componentes principales: La Calidez, Estructura, Apoyo de la autonomía y el Apoyo al desarrollo”.*³⁹

a. La Calidez: En los padres cálidos en la relación con sus hijos desarrollan un vínculo fuerte, se puede observar que generan hijos más complacientes y más abiertos a escucharlos.

b. Estructura: Es la medida en que los adolescentes tiene expectativas y normas para su conducta. Los padres que aplican la crianza efectiva: a) son firmes en los límites que han establecido para sus hijos y establecen normas para su conducta; a la vez, crean expectativas coherentes con las necesidades y capacidad de desarrollo del niño,

³⁸ Baca, María Edith., 2014. Pág. 39.

³⁹ Brienbauer. C y Maddaleno, 2008. Págs. 141 – 142.

y b) reconocen que existen límites negociables, que enseñan responsabilidad, y límites no negociables, que protegen a los jóvenes.

c. Apoyo de la autonomía: Se sostiene en el modo en que los padres aceptan y fomentan la individualidad del adolescente. Los padres que se adhieren a la disciplina son más proclives (que los padres autoritarios o sobreprotectores) a dar a sus hijos una independencia gradual a medida que crecen, brindándoles oportunidades para que desarrollen su autonomía pero, al mismo tiempo, proporcionándoles normas y límites claros para su conducta y las pautas respectivas.

d. Apoyo al desarrollo: Los padres que favorecen las capacidades de desarrollo cognitivo y emocional y de desarrollo de intereses del adolescente tienen mayor probabilidad de mejorar la comunicación y la confianza con sus hijos. Así, la empatía de los padres ayuda a guiar a los hijos adolescentes en el descubrimiento de estrategias más saludables para regular sentimientos intensos de tristeza, miedo, envidia, celos, ira y excitación descontrolada, al tiempo que deben proporcionarles modelos positivos que puedan seguir para desarrollar su propia habilidad de empatía.

4.10.6. Teoría Social Cognitiva.-

Bandura es el creador de la teoría socio-cognitiva, *“su objetivo es ayudar a comprender y describir el impacto potencial del entorno social sobre las conductas de los adolescentes respecto al cuidado o no de la salud”*.⁴⁰

Él plantea la interacción de factores determinantes de la conducta. Para esta teoría la conducta representa un modelo dinámico y recíproco impactado por estos factores, coincidiendo con el abordaje ecológico. Parte de tres principios:

1. La conducta recibe la influencia tanto de factores del entorno social como de factores personales.

⁴⁰ Bandura, Antonio., 1983. Págs.35-38.

2. Los factores del entorno social desempeñan un papel significativo en el inicio de las conductas, pero su influencia se produce a través de las cogniciones personales. Por ejemplo, el adolescente no responde automáticamente a los factores del entorno social, tal es el caso de la presión para ser delgado, sino que elige personalmente si adoptará o no una conducta en particular.

3. La conducta del adolescente no solo recibe la influencia de los factores personales y del entorno social, sino que también influye sobre estos.

Esta teoría se aplica a través de la utilización de varios métodos que promueven el cambio de conducta y que pueden actuar simultáneamente:

1. El refuerzo positivo: Se trata de las respuestas a la conducta, si éstas reforzarán positivamente conductas de cambio, una persona repetirá o no la conducta. Los programas educativos que son reforzadores generan un mayor interés, un mejor aprendizaje y retención del tema en cuestión.

2. El aprendizaje observacional: Se aprende también observando las conductas de otros y las recompensas que ellos reciben, *“los adolescentes observan la conducta de sus padres cuando comen, beben, fuman y solucionan conflictos, así registran las diversas recompensas o sanciones que los padres reciben por estas actividades. Este aprendizaje modela formas de ser, pensar y actuar de los hijos. Si los adolescentes observan que las consecuencias son una recompensa, será más fácil de adoptarla”*.⁴¹

3. El autocontrol del desempeño, se refiere a la conducta de una persona orientada específicamente al logro de las metas definidas por ella misma. Uno de los objetivos más importantes es lograr que la persona o adolescente ponga en marcha una conducta saludable.

4. Desglosar nuevas conductas complejas en pequeños pasos: No puede suponerse que las y los adolescentes seguirán motivados repitiendo una única tarea solo porque mejorarán su autoeficacia. La clave está en estructurar los aspectos más mecánicos

⁴¹ R. H Walters, 1963. Pág. 78.

y/o repetitivos que conducen al dominio de la nueva conducta para que la motivación y los niveles de interés del adolescente se mantengan siempre elevados.

5. El entrenamiento de las habilidades y capacidades conductuales: El concepto de habilidad conductual sostiene que si una persona debe poner en práctica una conducta en particular, tiene que saber cuál es la conducta. Necesita tener conocimiento sobre la conducta y cómo ponerla en práctica. La habilidad conductual es el resultado de la capacitación, la capacidad intelectual y el estilo de aprendizaje.

4.10.7. Teoría del vínculo.-

Enrique Pichon-Riviére, concibió el vínculo como una *“estructura dinámica en continuo movimiento que engloba por igual a la persona con otras personas. Es una relación particular con una persona y esta relación particular resulta una conducta más o menos fija, la cual forma una pauta de conducta que tiende a repetirse automáticamente, tanto en la relación interna como en la relación externa”*.⁴²

Se dan dos tipos de vínculos:

a. Vínculos primarios.- Son aquellos lazos primarios que se dan en el marco familiar, sean consanguíneos o no, como por ejemplo, un padrastro, quien representa a la figura paterna. Estos vínculos son esenciales para el proceso de individuación infantil y consolidación de la identidad adolescente.

b. Vínculos secundarios.- Se construyen fuera del núcleo familiar, de parentesco o de personas significativas. Son lazos secundarios que contribuyen en el proceso de individuación infantil y consolidación de la identidad adolescente. Ayudan en la regulación social. Son un indicador de salud mental.

Los vínculos basados en el afecto aseguran un buen proceso de individuación y consolidación de la identidad. Son el mejor factor de protección para conductas de riesgo.

⁴² Pichon-Riviére, Enrique, 2009. Pág.35.

4.11. CONTENIDO TEMÁTICO DEL PROGRAMA FAMILIAS FUERTES.-

4.11.1. Comunicación.-

Se comprende a la comunicación como el “*proceso de interacción a través de signos y sistemas de signos producto de las actividades humanas, los hombres en el proceso de comunicación expresan sus necesidades, aspiraciones, emociones, etc.*”⁴³

En palabras de María del Socorro Fonseca, comunicar es “*llegar a compartir algo de nosotros mismos. Es una cualidad racional y emocional específica del hombre que surge de la necesidad de ponerse en contacto con los demás, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo con experiencias previas comunes*”⁴⁴

Según Cangas y Moldes (2009), desde los primeros momentos de la vida, la comunicación constituye una parte primordial en el desarrollo de toda persona, no solamente para satisfacer las demandas básicas de alimento, vestido, seguridad, entre otros, sino también otras más ligadas a la exploración, al placer o a la adaptación. Para ello, el contacto físico que se recibe desde pequeño contribuye a un buen desarrollo físico y emocional.

Los cambios que experimentan los hijos, exigen capacidad de adaptación de los padres, se hace imprescindible la búsqueda continua de ambos para mantener los canales de comunicación adecuados y así promover la relación familiar fluida y constructiva.

⁴³ González Rey, F: 2007, pag.2

⁴⁴ Fonseca Yerena María del Socorro. 2008, Pág. 4.

En cada familia, existe una diferente modalidad de comunicación: hay familias con comunicación indirecta, vaga y poco sincera, en las cuales existe mucho conflicto, el autoestima de sus integrantes se ve disminuido, las reglas son rígidas, inhumanas, fijas e inmutables, por lo cual el enlace de la familia con la sociedad es poco accesible.

Por otro lado, hay familias en las que la comunicación es directa, clara, específica y sincera, en éstas hay poco conflicto y se da una resolución adecuada cuando la hay, existe mayor interés entre los asuntos familiares, sus integrantes tienen un sano autoestima y las reglas son flexibles, humanas, adecuadas y sujetas a cambio, por lo tanto, su enlace con la sociedad es abierto y confiado y está fundamentado en la elección.

Es importante que los padres se puedan comunicar abierta y efectivamente con sus hijos. Este tipo de comunicación beneficia no solo a los niños, sino también a cada miembro de la familia.

Las relaciones entre padres e hijos se mejoran mucho cuando existe la comunicación efectiva. Por lo general, si la comunicación entre padres e hijos es buena, sus relaciones serán buenas también.

4.11.2. Afecto y cuidado.-

El afecto y el cuidado *son “procesos de interacción social entre dos o más organismos y pueden ser entendidos como algo que puede darse a otro, algo que fluye y se traslada de una persona a otra”*.⁴⁵

El afecto es la base del desarrollo de las personas. Todo lo que aprendemos lo recibimos a través de las relaciones que establecemos y de la seguridad que éstas nos ofrecen. Estas relaciones garantizan no solo nuestra supervivencia física, sino la posibilidad de madurar a nivel psicológico, social y cognitivo.

⁴⁵ González, M. M., Hidalgo, M. y. y Moreno, M. C. 1998, 274, 50-55.

El tiempo compartido, la permanencia, es esencial para construir la relación afectiva con los hijos. Con los niños, sobre todo cuando son muy pequeños, todo lo que no se dice o no se muestra no existe. Cuando somos adultos sabemos que alguien nos quiere aunque no nos lo recuerde a diario y, aun así, necesitamos que ese amor se cultive y se mantenga para sentirnos seguros de él. No basta con tener un niño y garantizar su bienestar material. Los padres tienen que crear un vínculo afectivo fuerte y positivo con sus hijos que les ayude a crecer, nunca deben dar por sentado que sus hijos “ya saben” que les quieren. Hay que decirlo y demostrarlo, tanto física como verbalmente; los adolescentes necesitan sentirse queridos, también saber que el afecto de sus padres es incondicional, es decir, que hagan lo que hagan les seguirá queriendo. Una de las cosas más dañinas para un adolescente es sentir que el amor de sus padres puede desaparecer; por eso no es nada aconsejable amenazarles con retirarles su amor (“Si no haces esto, no te voy a querer”). Ellos necesitan sentirse seguros y saber que, haga lo que haga, tendrá el afecto y el apoyo incondicional de sus padres. Solo de esa manera podrá sentir seguridad en sí mismo y en el mundo, e iniciar el camino hacia la autonomía. Disponer de unos vínculos afectivos fuertes y positivos con sus padres les permitirá sentirse seguros, protegidos y estables. Las relaciones afectivas que establecen en los primeros años constituyen la base sobre la cual construyen sus relaciones futuras y la percepción de sí mismos.

4.11.3. Control parental frente al mal comportamiento.-

El control parental *es definido como el conjunto de límites, reglas, restricciones y regulaciones que los padres tienen para sus hijos, y el conocimiento de las actividades que estos realizan*”⁴⁶.

*“Después del amor, el segundo regalo más importante de los padres al niño es el sentido de la disciplina.... Disciplina significa enseñar, no castigar”*⁴⁷.

⁴⁶ Barber, B. K. & Olsen, J. A. (1997). 12, 287-315.

⁴⁷ T.B. Brazalton, 2006, Extraído de: www.parentsaction.org/wpcontent/uploads/2017/04/PAFC_Disc-bklt-Span.pdf

Las normas son necesarias para que una familia funcione bien, de forma armoniosa, pues permiten a cada uno saber qué es lo que se espera de él.

Las normas le permiten saber a las personas qué está bien y qué está mal, establecen qué sucederá cuando se respetan y qué cuando no. Sirven para circunscribir las características de los comportamientos y de las relaciones entre las personas. Nos orientan para saber qué esperar y qué no en situaciones diversas. El conjunto de normas de una familia y de un grupo social constituye un marco de confianza que brinda, tanto a los niños como a los adultos, la claridad y la estabilidad necesarias para crecer y relacionarse con los demás.

Para que las normas se cumplan de manera efectiva, y cumplan el propósito para el que fueron creadas es importante tomar en cuenta, que:

- Deben ser establecidas con claridad
- Destacar el buen comportamiento, no el malo.
- Reflexionar antes de hablar.
- Trazar un plan cuando se identifique un patrón de mal comportamiento.
- Utilizar castigos que enseñen cómo tomar decisiones y hacerse responsable.
- Empezar a enseñar a asumir las responsabilidades y a tomar decisiones cuando los niños son pequeños.
- Enseñarles a buscar sus propias recompensas, a sentirse bien por haber hecho lo correcto.

4.11.4. Información de padres a hijos sobre la problemática.-

Se entiende por información al *“conjunto de datos con un significado, o sea, que reduce la incertidumbre o que aumenta el conocimiento de algo, siendo esta, un mensaje con significado en un determinado contexto, disponible para uso inmediato y*

que proporciona orientación a las acciones por el hecho de reducir el margen de incertidumbre con respecto a nuestras decisiones"⁴⁸.

El consumo de tabaco, alcohol y otras drogas suele iniciarse durante la adolescencia. De hecho, no hay prácticamente ningún adulto consumidor de alguna de estas sustancias que no empezara antes de los 18 años. Por eso es conveniente retrasar al máximo la edad de inicio del uso de tabaco, alcohol y otras drogas. Además, los adolescentes que empiezan muy jóvenes a fumar tabaco y a beber alcohol tienen más probabilidades de probar y consumir otras drogas más adelante. Por lo tanto, si se evita el consumo de tabaco y alcohol mientras se es muy joven, se reduce también el riesgo de llegar a consumir otras drogas.

Hay muchos factores que pueden contribuir a que un adolescente empiece a consumir una de estas sustancias, por ejemplo:

- La curiosidad y el deseo de hacer cosas nuevas (características de la adolescencia).
- La influencia de los compañeros.
- La influencia de la publicidad (información incorrecta)
- Diversos factores relacionados con la familia (la forma que los padres consumen tabaco, alcohol u otras drogas).

La existencia de información cierta, oportuna, sin tabúes, que ayuden a destruir mitos falsos, con la transmisión de toda la información necesaria se podrá ayudar a que el adolescente conozca los efectos negativos sobre esta problemática, y tome las mejores decisiones para su vida, por eso es de vital importancia que los padres se informen, solo así podrán ayudar a sus hijos.

4.11.5. Dinámica Familiar.-

⁴⁸ Idalberto Chiavenato, 2006, Pág. 110

Se entiende por dinámica familiar *“los aspectos suscitados en el interior de la familia en donde cada uno de sus miembros se encuentra ligado por lazos de pertenencia, relaciones de afecto, comunicación familiar, jerarquía o roles, toma de decisiones, resolución de conflictos y las funciones asignadas a su miembros”*.⁴⁹

Es importante que cada familia cree un ambiente familiar con recursos imprescindibles para evitar estas conductas de riesgo; cuando mencionamos recursos familiares nos referimos a aquellos aspectos sociales, emocionales y físicos que hacen que la familia sea menos sensible al riesgo y más capaz de afrontar satisfactoriamente los factores estresantes, facilitando la adaptación individual y familiar; bastantes investigaciones sustentan este factor, como señala Malkus, *“los jóvenes que proceden de familias con más recursos son menos vulnerables al involucramiento del abuso de drogas”*.⁵⁰

Se debe construir entre todos, un clima positivo que resulte favorable para los adolescentes, entre lo que se recomienda:

- Tomar conciencia del rol de la familia en el fenómeno del consumo de drogas.
- Los padres y madres deben estar bien informados sobre las distintas drogas que existen.
- Destinar tiempo para el hogar y tiempo para convivir con sus hijos/hijas.
- Crear un ambiente de paz, estabilidad emocional y respeto.
- Los padres y madres deberán involucrarse en los deportes u otras actividades de sus hijos/as.

⁴⁹ Minuchin, 2004, p.93, 2004.

⁵⁰ Malkus (1994), extraído de <https://books.google.com/books?isbn=8415538731>

- Mantener informados a sus hijos/as de las noticias sobre las drogas, tipos de sustancias actuales que circulan en el mercado, formas de presentación y consumo, entre otros.
- Conocer todos los síntomas que delatan al menor que consume drogas para detectar a tiempo el problema.
- Tener una actitud positiva y comprensiva hacia sus hijos, reforzar su autoestima, haciéndoles ver que pueden conseguir sus metas, con esfuerzo y constancia.
- Fomentar el diálogo: hablar de sus problemas, errores y dificultades, enseñándoles a buscar soluciones para resolver sus dudas.
- Crear unas normas que regulen la convivencia entre todos así como los deberes y derechos de nuestros hijos. Estas normas deben ser lógicas, estar razonadas y ser debidamente explicadas. Las normas deben estar consensuadas entre padre y madre (o figuras educadoras). Si algo está prohibido, se debe castigar siempre y, si algo es considerado positivo, se debe reconocer el mérito. Deben aplicarse siempre de manera consecuente.

5.1. POBLACIÓN BENEFICIARIA.-

La población beneficiaria del programa “Familias Fuertes”, en su mayoría fue brindada por el INTRAID - Tarija, específicamente el Departamento de Prevención y Promoción de Salud, ya que dentro de sus objetivos y líneas de acción, dicha institución busca beneficiar a las diferentes zonas de nuestra ciudad.

Se trabajó con padres, madres y/o tutores de adolescentes que asisten a las Unidades Educativas: Pedro Rivera de la comunidad de San Andrés, U.E. Narciso Campero I, U.E. Piedra Larga de la comunidad de Piedra Larga, y la U.E. Juan Pablo II, que cursan los grados de 5° y 6° de Primaria y 1° y 2° de Secundaria, con quienes se hizo la presentación del programa y se consensuaron, los horarios y fechas para llevar a cabo dicho programa.

Los grupos con los que se trabajó fueron 15 grupos de padres de familia, de ambos sexos y diferentes edades, entre los 25 a 65 años de edad, siguiendo los indicadores establecidos por el Programa, los cuales fueron: Padres de adolescentes de 10 a 14 años, padres que convivan junto a sus hijos, familias con un alto nivel de compromiso para participar hasta el final de la estrategia de manera puntual y en todas las sesiones programadas.

Cuadro N°1

Población Beneficiaria: Unidades Educativas de la ciudad de Tarija

Nombre U.E.	Curso	Turno	Cantidad de Grupos	Cantidad de
--------------------	--------------	--------------	---------------------------	--------------------

				Participantes
U.E. Pedro Rivera	1° Sec. A y B	Mañana	2	7 mujeres 17 hombres
U.E. Narciso Campero I	5° Prim. A y B 6° Prim. A y B	Mañana	8	94 mujeres 31 hombres
U.E. Piedra Larga	5° y 6° Prim.	Mañana	1	10 mujeres 2 hombres
U.E. Juan Pablo II	1° Sec. Ay B 2° Sec. A y B	Tarde	4	67 mujeres 22 hombres

Fuente: Elaboración Propia

Siendo un total de 178 madres y 72 padres, es decir 250 padres de familia, formando 15 grupos, los cuales pertenecen a 4 Unidades Educativas fiscales de la ciudad de Tarija.

Cabe señalar que las U.E. pertenecen al área rural como así también al área urbana, siendo el caso de las U.E. Pedro Rivera y U.E. Piedra Larga, las cuales pertenecen al área rural del departamento; en su mayoría estos padres son de escasos recursos económicos, en su gran mayoría no saben leer y escribir y una minoría cursó apenas el nivel primario.

Por otra parte, también se trabajó con unidades educativas del área urbana (U.E. Narciso Campero I y Juan Pablo II), los padres de estas unidades viven por la zona y son de un nivel socioeconómico medio bajo y medio alto, en su mayoría terminaron el colegio y una minoría poseen un título universitario.

5.2. DESCRIPCIÓN SISTEMATIZADA DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

El proceso metodológico de la práctica institucional fue llevado a cabo en las siguientes etapas:

Fase 1: Contacto con el Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental

El primer contacto se lo estableció con la Lic. Marlene Rollano, responsable del departamento de Prevención y Promoción de la Salud; posteriormente se solicitó la autorización para llevar a cabo la Practica Institucional, mediante una carta en el mes de septiembre del año 2016.

Fase 2: Capacitación de la postulante

Esta fase fue desarrollada teniendo jornadas constantes de capacitación institucional a cargo del personal del departamento de Prevención, con la finalidad de acrecentar los conocimientos de la practicante para desarrollar de manera exitosa el programa. Dentro de las actividades que se realizarán durante este proceso se puede mencionar:

- Conocimiento de los objetivos de la Institución y especialmente, los referidos al campo de la Prevención y Promoción de la Salud.
- Proporción del material necesario por parte de la Institución para la realización de la presente práctica, y el manejo de dinámicas grupales e individuales que se realizaran en cada sesión
- Fortalecimiento de la capacidad de establecer buenas relaciones interpersonales fundamentales para la ejecución le programa de prevención.
- Adquisición de conocimientos teórico – práctico de las metas, objetivos y técnicas participativas de abordaje en el proceso de enseñanza y aprendizaje.
- Fortalecimiento de habilidades de Oratoria, postura corporal, tono de voz, adecuación de lenguaje, manejo de auditorio, etc. necesarios para desarrollar con éxito todas las actividades.

Fase 3: Contacto y coordinación con la población

Se realizó la presentación del programa, a docentes, directores y padres de familia, de las U.E. seleccionadas; asimismo, se explicó la metodología a seguir y los beneficios

e impactos logrados en otros lugares donde ya se realizó dicho programa; por último, se fijaron los horarios en consenso con los padres de familia. (Población).

Fase 4: Aplicación del instrumento de Pre test

Antes de iniciada la implementación del programa, se aplicó un pre test a la población, con la finalidad de medir los conocimientos previos acerca de la temática que abordó el programa; esta aplicación se realizó antes de iniciada la primera sesión.

El instrumento utilizado, fue validado por OPS/OMS y GTZ (Corporación Técnico Alemana) para América Latina⁵¹; constituido por un cuestionario que evalúa la comunicación entre padres e hijos, manifestaciones de afecto y cuidado hacia los hijos, control parental frente al mal comportamiento, percepción acerca del riesgo del consumo de alcohol y otras drogas y la Dinámica familiar haciendo un total de 60 preguntas con escala de respuestas tipo Likert, mismo que fue aplicado de manera anónima y autoadministrado.

Fase 5: Aplicación del Programa Familias Fuertes

Se dio inicio con esta fase el 14 de marzo del presente año, en la U.E: Pedro Rivera de la comunidad de San Andrés, bajo la supervisión de la Licenciada Marlene Rollano.

Durante esta fase se utilizaron técnicas de animación, motivación y una metodología activo-participativa para enriquecer el aprendizaje de los padres de familia; es importante mencionar que las actividades estaban dirigidas hacia la práctica y la realidad de nuestro medio, para lograr que los conocimientos adquiridos sean más vivenciales.

Así mismo se utilizó el Manual de Guía para el Facilitador del Programa Familias Fuertes, el mismo cuenta con 7 sesiones dividido en 2 módulos, el primero dirigido a

⁵¹ Organización Panamericana de la Salud. 2006.

padres de familia y el segundo a la familia en su conjunto con una duración por sesión de tres horas totales.

El desarrollo de las sesiones se realizó de acuerdo a los objetivos planteados y siguiendo el cronograma establecido para el mismo.

Cuadro N° 2
Manual Teórico – práctico del programa Familias Fuertes

N°	TEMÁTICA	
Sesión N° 1	PADRES	FAMILIA
	Amor y Límites	Apoyar los objetivos y sueños
Sesión N° 2	Establecer reglas	Promover la comunicación
Sesión N° 3	Estimular el buen comportamiento	Aprecio a los miembros de la familia
Sesión N° 4	Utilización de las sanciones	Empleo de las reuniones familiares
Sesión N° 5	Establecer vínculos	Comprender los principios de la familia
Sesión N° 6	Protección contra los comportamientos de riesgo	Las familias y la presión de los compañeros
Sesión N° 7	Conexiones con la comunidad	Recapitulación

Fuente: Programa Familias Fuertes

Elaboración: Propia

Fase 6: Evaluación del conocimiento final (Aplicación del pos test)

Una vez finalizada la réplica del programa Familias Fuertes: Amor y Límites, se procedió a evaluar los conocimientos finales de los padres de familia, adquiridos durante el desarrollo del programa, lo que nos permitió observar si se produjo cambios en cuanto a la comunicación entre padres e hijos, manifestaciones de afecto y cuidado hacia los hijos, control de los padres frente al mal comportamiento,

percepción acerca del riesgo del consumo de alcohol y otras drogas y la dinámica familiar (variables que evalúa el instrumento).

Esta aplicación fue llevada a cabo una vez finalizadas todas las sesiones del programa, y al terminar la última sesión (sesión 7); de igual manera, su administración fue anónima y autoadministrada.

Fase 7: Análisis e interpretación de los resultados del programa Familias Fuertes” (Tabulación de datos)

En esta fase se sistematizó la información recogida a través de cuadros que contienen la Frecuencia y los porcentajes de los resultados.

Fase 8: Redacción del informe final

Una vez concluidas todas las anteriores fases, se realizó la elaboración y redacción del informe final con sus respectivas conclusiones y recomendaciones, para su posterior presentación.

5.3. MÉTODOS, TÉCNICAS Y MATERIALES.-

La P.I., se llevó a cabo bajo la tuición del INTRAID, de la ciudad de Tarija, dentro del departamento de Prevención y Promoción de la Salud, a cargo de la Licenciada Marlene Rollano.

5.3.1. Métodos.-

Durante el desarrollo del Programa Familias Fuertes: Amor y Límites, se utilizó el Método Activo participativo.

- **Método Activo participativo**

López (2005)⁵², señala que es *“un proceso interactivo basado en la comunicación profesor-estudiante, estudiante-estudiante, estudiante- material didáctico y estudiante-medio que potencia la implicación responsable de éste último y conlleva la satisfacción y enriquecimiento de docentes y estudiantes”*.

Teniendo en cuenta las características del presente trabajo, y constituyéndose desde una perspectiva socio educativa, el método empleado fue activo participativo, mismo que se utilizó, debido a su flexibilidad, lo cual permitió que los participantes se conviertan en agentes activos en la construcción, reconstrucción del conocimiento y no como agentes pasivos, simplemente receptores, promoviendo y procurando la participación activa y protagónica de todos los integrantes del grupo, incluyendo al facilitador (practicante) en el proceso de enseñanza –aprendizaje; asimismo, nos permitió la reflexión y análisis en cada una de las sesiones desarrolladas, asegurando su participación individual y grupal, al mismo tiempo desarrollar un trabajo flexible, individual y colectivo de análisis a través del intercambio de ideas y experiencias vividas.

5.3.2. Técnicas.-

Las técnicas que se aplicaron para el desarrollo de la Practica, fueron diseñadas y seleccionadas de tal manera que permitieron fortalecer el proceso del desarrollo del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, como ser: técnicas motivadoras, movilizantes, lúdicas, creativas y democráticas, las cuales partieron de los sentimientos y pensamientos; actitudes y vivencias cotidiana de los y las participantes para generar la posibilidad de transformación personal y cambio cultural, que se buscaba a través del mencionado programa.

Estas técnicas *“se utilizan en determinados procesos informativos, de toma de decisiones, solución de problemas, y se aplican para adquirir conocimientos partiendo siempre de la práctica, es decir, de lo que la gente sabe, de las*

⁵² López, F. (2005).

*experiencias vividas y de los sentimientos que muchas situaciones originan, así como de los problemas y dificultades”.*⁵³

Las técnicas que se utilizaron fueron las siguientes:

- ❖ **Técnicas audiovisuales;** a través de esta técnica se buscó motivar el dialogo reforzando los contenidos transmitidos; cada sesión para los padres/madres y/o tutores estuvo basada en un video Educativo del programa: Familias Fuertes. Siendo en su totalidad un set de 9 videos. Cabe destacar que cada sesión con los padres, giró en torno a lo transmitido en cada video educativo. Las sesiones 4 y 6 de la familia, también contaron con la proyección de un video.
- ❖ **Dinámica de animación e integración;** permitió disminuir la timidez de los participantes, y establecer el rapport; a su vez posibilitó la ejecución de actividades de integración, socialización de los participantes permitiendo la liberación de tensiones y la desinhibición con la finalidad de lograr un taller más activo – participativo.
- ❖ **Dinámica de Grupo;** las dinámicas de grupo colaboraron de modo especial para que las personas y grupos entren en contacto más objetivo con la realidad, desencadenando un auténtico proceso de aprendizaje.
- ❖ **Dinámica de análisis y reflexión;** permitió a los participantes analizar situaciones problemáticas y plantear alternativas de solución de problemas.
- ❖ **Lluvia de ideas,** promovió la actividad en grupos y fortaleció las habilidades sociales entre los participantes; esta técnica busca generar ideas originales, innovadoras en un contexto relajado.

⁵³ Vargas, L. Bustillos, G. Marfan, M., 2004, pag.4.

- ❖ **Lúdicas;** fueron utilizadas en las sesiones del segundo módulo, cuando se trabajó con la familia en su conjunto, permitiendo que los participantes aprendan sin darse cuenta. Por eso, es una técnica de aprendizaje que puede ser muy efectiva a cualquier edad, siendo asimismo útil para mantener a los participantes motivados.

5.3.3. Instrumentos.-

Durante la aplicación del programa: “Familias Fuertes: Amor y Límites”, se utilizaron los siguientes instrumentos y guías de aplicación:

- ❖ **Manual del Programa Familias Fuertes** – Guía para el Facilitador que contiene el desarrollo de las 7 sesiones, para ambos módulos tanto para padres como para la familia en conjunto.
- ❖ **Manual de Recurso para el Facilitador, o MRF**, en el que se presentan todos los materiales que serán reproducidos para el desarrollo de las actividades en cada sesión.
- ❖ **Set de videos**, son 9 videos en total, un video para cada sesión con padres (siete videos), y dos videos que se utilizaron en la sesión 4 y 6 correspondientemente con la familia. Estos videos fueron proyectados durante las sesiones de los padres, en los cuales se mostraron diferentes escenas que tienen que ver con la temática de cada sesión; posteriormente cada escena tuvo un tiempo determinado para que los padres hagan sus comentarios acerca de lo observado en el video.
- ❖ **Encuesta para Padres, Madres o Tutores;** el instrumento ha sido validado por OPS/OMS y GTZ (Corporación Técnico Alemana) para América Latina⁵⁴, si bien el programa ya contaba con un instrumento, este era muy amplio (88 preguntas) y muchas de las mismas eran repetitivas, tomando en cuenta la

⁵⁴ Organización Panamericana de la Salud. 2006.

población beneficiaria, quienes en muchos casos apenas sabía escribir, y además el tiempo que les iba a llevar contestar las preguntas de manera previa; se realizó una revisión y adaptación del cuestionario (como aporte a la institución INTRAID), el cual fue aprobado por la Directora del Dpto. de Prevención y Promoción de la Salud de INTRAID (Licenciada Marlene Rollano), se disminuyeron las preguntas, además de agruparlas en cinco ejes temáticos(dentro de los cuales se encuentran insertos los objetivos de cada sesión), para una mejor medición del antes y después de la implementación del programa; de tal manera, el instrumento que se utilizó para la medición del pre y pos test está constituido por un cuestionario de 60 preguntas, las cuales evalúan la comunicación entre padres e hijos (preguntas 1-14), manifestaciones de afecto y cuidado hacia los hijos (preguntas 15-22), control parental frente al mal comportamiento (preguntas 23 – 29), percepción acerca del riesgo del consumo de alcohol y otras drogas (preguntas 30-53) y la dinámica familiar (preguntas 54- 60), con escala de respuestas tipo Likert, *“esta escala es una de las más utilizadas para medir las actitudes a través de una serie de afirmaciones relativas a un objeto, cada ítem contiene a cinco alternativas que evalúan la intensidad de la actitud para conocerse las mismas, si son favorables o no al objeto longitudinal”*.⁵⁵ Este instrumento fue aplicado de manera anónima y autoadministrada.

5.3.4. Materiales.-

Los materiales que se utilizaron para la aplicación del programa Familias Fuertes fueron los siguientes:

- Un Televisor y lector de DVD,
- Videos del programa,
- Rotafolios o papelógrafos

⁵⁵ Sampiere, H. Fernández, C., y Baipista, 2008, pág. 55

- Lista de Asistencia de los padres
- Tarjetas de identificación
- Cinta adhesiva
- Materiales de escritorio (lápices, marcadores, tijeras, reglas, pegamento, hojas de papel blanco y de colores, etc.)
- Juego de cartas (naipes)
- Recortes de revistas (trabajo, pasatiempos, amigos-familia, salud, etc.)
- Retazos de tela para cubrir los ojos
- Sobres para cartas.
- Además de estos materiales, también fueron necesarios, los materiales de apoyo técnico del Manual de Recursos para el Facilitador del programa Familias Fuertes (Tarjetas, afiches, mapas, dibujos, etc.).

5.4. CONTRAPARTE INSTITUCIONAL.-

Para el desarrollo de la presente Práctica Institucional y con el objetivo de lograr una mayor y mejor eficacia, el INTRAID – Tarija doto a la practicante de:

- ❖ Asesoramiento técnico y material logístico, para la realización del Programa “Familias Fuertes”.
- ❖ Capacitación en lo teórico y en el manejo de técnicas para la correcta realización de la P.I.
- ❖ Apoyo en el asesoramiento técnico para el desarrollo de actividades del Programa “Familias Fuertes”.

- ❖ Instrumentos teóricos, prácticos y materiales necesarios para la realización de la práctica.
- ❖ Supervisión en el cumplimiento de los objetivos y presentación de informes a la carrera de psicología para el seguimiento de la P.I.

En este capítulo se presenta, el análisis de los resultados obtenidos, que fueron captados a través de la aplicación del “pre test”, lo que permitirá evaluar el conocimiento de los padres de familia que participaron del proceso de “*Prevención del Consumo de alcohol y otras drogas, a través del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, dirigido a padres de familia, de Unidades Educativas de la ciudad de Tarija, durante la gestión 2017*”.

Los resultados alcanzados se presentarán de acuerdo al orden de los objetivos planteados en la Práctica Institucional, por lo tanto, en primer lugar se presentarán los datos obtenidos sobre los conocimientos iniciales de los padres de familia participantes del programa.

En segundo lugar se expondrá una descripción sistematizada de la aplicación del programa que implica: la temática realizada, actividades, y observaciones presentadas en cada sesión, para lo cual se la dividirá en un primer módulo que describirá las sesiones dirigidas a los padres y un segundo módulo en que se describirá las sesiones dirigidas a la familia en su conjunto.

En tercer lugar se presentará un análisis comparativo de la evaluación inicial y final de los conocimientos de los padres acerca del programa, la cual cuenta con dos criterios uno cuantitativo y otro cualitativo.

Por último se presentarán los resultados obtenidos de la realización de las ferias educativas (cuarto objetivo específico de la P.I.).

6.1. ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL PRE TEST.-

En este acápite se procederá a dar respuesta al primer objetivo específico, planteado, el cual dice: “*Evaluar el grado de conocimiento inicial que tienen los padres de familia, sobre la temática del programa Familias Fuertes*”, para lo cual se utilizó un cuestionario constituido por 60 preguntas, con alternativa de respuesta estilo Likert.

Se presentaron los siguientes resultados:

**CUADRO N°3
COMUNICACIÓN**

<i>Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia usted....</i>	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
1. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hizo durante el día?	7	2,8	184	73,6	59	23,6	250	100
2. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hará el próximo día?	35	14	117	46,8	98	39,2	250	100
3. ¿Le habla a su hijo/a sobre los valores de la familia?	20	8	160	64	70	28	250	100
4. ¿Conversa con hijo/a sobre cuáles son sus metas?	12	4,8	193	77,2	45	18	250	100
5. ¿Le apoya para que pueda lograr sus metas?	19	7,6	142	56,8	89	35,6	250	100
6. ¿Le pregunta cómo le va en la escuela?	14	5,6	181	72,4	55	22	250	100
7. ¿Le escucha cuando quiere hablar con usted?	7	2,8	168	67,4	75	30	250	100
8. ¿Le pregunta a su hijo/a qué hace durante su tiempo libre?	14	5,6	156	62,4	80	32	250	100
9. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre sus amigos y compañeros de clase?	14	5,6	164	65,6	72	28,8	250	100
10. ¿Antes de que su hijo/a salga, ¿le pregunta con quién va a salir, a dónde piensa ir y a qué hora va a volver?	29	5,3	142	56,8	79	31,6	250	100
11. ¿Le pregunta a su hijo/a, quiénes son los padres de sus amigos, dónde viven?	18	7,2	158	63,2	74	29,6	250	100
12. ¿Le pregunta su hijo/a, sobre sus tareas, exámenes o trabajos prácticos?	42	16,8	109	43,6	99	39,6	250	100

13. ¿Le pregunta a su hijo/a, acerca de su relación con los compañeros y profesores de clase?	13	5,2	174	69,6	63	25,2	250	100
14. ¿Discute o pelea con su hijo/a, siempre que no están de acuerdo en algo?	5	2	55	22	190	76	250	100

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En este cuadro se analiza e interpreta los datos obtenidos en cuanto a la Comunicación entendiendo la misma como el “*proceso de interacción a través de signos y sistemas*

de signos producto de las actividades humanas, los hombres en el proceso de comunicación expresan sus necesidades, aspiraciones, emociones, etc.”⁵⁶

En palabras de María del Socorro Fonseca, comunicar es “*llegar a compartir algo de nosotros mismos. Es una cualidad racional y emocional específica del hombre que surge de la necesidad de ponerse en contacto con los demás, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo con experiencias previas comunes*”⁵⁷

De acuerdo a estas definiciones se puede señalar que la comunicación es un medio de conexión o de unión que tienen las personas para transmitir o intercambiar mensajes, es decir, que cada vez que nos comunicamos ya sea con nuestros familiares, amigos, compañeros de trabajo, socios, etc., lo que hacemos es establecer una conexión con ellos con el fin de dar, recibir o intercambiar ideas, información o algún significado.

La comunicación dentro del seno familiar tiene gran importancia ya que las relaciones entre padres e hijos se mejoran mucho cuando existe una comunicación efectiva. Por lo general, si la comunicación entre padres e hijos es buena, sus relaciones serán buenas también, cuando los padres se comunican efectivamente con sus hijos, les demuestran respeto, estos empiezan a sentir que sus padres los escuchan y los comprenden, lo cual aumenta su amor propio; por el contrario, si la

⁵⁶ González Rey, F: 2005, p.2.

⁵⁷ Fonseca Yereña María del Socorro, 2008, Pág. 4.

comunicación entre padres e hijos es inefectiva o negativa, puede hacer que sus hijos piensen que no son importantes, que nadie los escucha y nadie los comprende.

De acuerdo a los datos obtenidos en el presente cuadro se observa de manera general que existe una tendencia más o menos positiva entre padres e hijos hacia la comunicación, es decir, que si bien existe la misma dentro de la familia, esta no es del todo efectiva ya que por diversos motivos (personales, trabajo, tiempo, falta de paciencia, falta de disciplina etc.), no se cumple ni se fortalece diariamente produciéndose de manera ocasional.

Entre uno de los datos más relevantes se tiene que de los padres encuestados el **77,2 %** indicó que **A veces** conversan con sus hijos/as acerca de cuáles son sus metas, es decir, cuáles son sus sueños, lo que quisieran ser cuando sean mayores, esto se debe al hecho que los padres trabajan, durante todo el día, por lo que no les queda mucho tiempo para conversar amablemente con sus hijos, ponerse al día en sus inquietudes, sueños y aspiraciones, además del hecho que de creer que por la edad en la que se encuentran, irán cambiando con el transcurso de los años.

Sin embargo, es importante recalcar que si bien este alto porcentaje se encuentra en la escala de **a veces**, es importante evidenciar que representa, un aspecto positivo, ya que demuestra que de algún modo los padres conocen y comparten los sueños y metas de sus hijos.

Por otro lado, el 76% de los padres señalo que **Siempre** discute con su hijo/a, esto puede deberse al hecho que los padres se sienten muy presionados con su trabajo y otras responsabilidades que tienen, por lo que en muchos casos se sienten frustrados, cansados, agobiados, cuando sus hijos les llevan la contraria, cuando no los obedecen, o cuando cuestionan sus decisiones; por lo tanto se crea un clima de conflicto dentro de la familia, donde aparecen los problemas del día a día de la convivencia familiar, los cuales se resolverían, si ambos se esforzarían de igual manera como lo hacen al discutir, por tener una buena, mejor, y cordial comunicación.

Otro dato importante es que el 73,6% de los padres señaló que **A veces** le preguntan, a sus hijos sobre lo que hicieron durante el día, esto se puede atribuir al hecho que de los encuestados la mayoría está tan ocupados que a veces se les olvida preguntar, o que en muchas ocasiones llegan a su casa cuando estos, ya están durmiendo, por lo que les es difícil poder conversar con ellos, preguntarles cómo les fue ese día o qué hicieron durante el día o incluso sobre sus planes para el otro día.

CUADRO N°4 AFECTO Y CUIDADO

<i>Piense en los últimos 30 días... e indique con qué frecuencia :</i>	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr.	%
15. Hace algo entretenido con su hijo/a cómo hacer deportes, ver una película, salir a pasear o jugar en el parque?	9	3,6	147	58,8	94	37,6	250	100 %
16. ¿Con qué frecuencia le dice algo bueno (positivo) a su hijo/a, sobre lo que hizo (elogios, cumplidos por lo que hizo)?	11	4,4	182	72,8	57	22,8	250	100 %
17. ¿Con qué frecuencia le dice a su hijo/a, lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que él/ella ha puesto en hacer algo?	10	4	158	63,2	82	32,8	250	100 %
18. ¿Con qué frecuencia le da algún premio a su hijo/a, por lo que hizo, como ser un regalo, salir a pasear, dinero extra, o algo especial para él/ella?	24	9,6	124	49,6	102	40,8	250	100 %
19. ¿Con qué frecuencia hace Usted algo especial con su hijo/a, como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?	20	8	171	68,4	59	23,6	250	100 %
20. ¿Con qué frecuencia le dice gracias a su hijo/a, por hacer algo que Usted le pidió que hiciera?	9	3,6	173	69,2	68	27,2	250	100 %
21. ¿Le demuestra a su hijo/a, que usted realmente se preocupa por él / ella, por sus ideas, o por sus cosas?	3	1,2	196	78,4	51	20,4	250	100 %
22. ¿Ayuda a su hijo/a, a hacer algo que era importante para él/ella?	26	10,4	112	45,2	111	44,4	250	100 %

Fuente: Programa Familia Fuertes
Elaboración: Propia

El afecto y el cuidado *son procesos de interacción social entre dos o más organismos y pueden ser entendidos como algo que puede darse a otro, algo que fluye y se traslada de una persona a otra.*⁵⁸

De acuerdo a esta definición podemos señalar que las manifestaciones de afecto y el cuidado son expresiones que permiten establecer desde muy temprano una relación entre la satisfacción personal y el desarrollo del ser humano como persona, características que aporta el entorno familiar de manera predominante.

Autores tales como Maslow (1954) con la teoría de las necesidades humanas, hasta Torroella (2001) *consideran el afecto, el amor y la necesidad de pertenencia como elementos importantes para el buen desarrollo de las personas.*⁵⁹ Estos autores sugieren que el amor y el afecto son procesos relacionales que se potencializan o no en las interacciones humanas, afirman también que las personas necesitan ser reconocidas, no aisladas y contar con una red de familiares y amistades que las reconozcan y apoyen.

Las manifestaciones de afecto y cuidado de los padres hacia sus hijos son de vital importancia ya que estos, necesitan percibir el cariño, comprensión, seguridad por parte de los padres, ya que son claves para el desarrollo sano del adolescente, para evitar que caiga en conductas erróneas; sin embargo, es importante hacer hincapié que este proceso se produce durante la interacción diaria entre los hijos y sus padres (cuando este responde ante las necesidades básicas de cuidado, afecto y protección) pero no perdura por sí misma, por lo que es necesario alimentarla y dedicarle tiempo a lo largo de la vida.

Con relación a las manifestaciones de afecto y cuidado, se evidencia que el **78,4%** de los padres **A veces** le demuestran a sus hijos, que se preocupa por ellos, por sus

⁵⁸ González, M. M., Hidalgo, M. y. y Moreno, M. C. (1998), 274, 50-55.

⁵⁹ José Rafael Quintero (2007). Pág. 2.

ideas, o por sus cosas, esto se le atribuye al hecho que los padres se ven obligados, por las necesidades económicas, a salir a trabajar todo el día, por lo que llegan a casa, agotados; otro aspecto es el hecho que algunas veces, encuentran difícil expresar sus emociones, pero no quiere decir que no se preocupan por sus hijos y su familia, así también se tiene que algunos padres se preocupan de proveer financieramente las necesidades de sus hijos, con lo que creen que están demostrando interés por ellos, porque no les falte nada; otros también creen que el ser estricto con la disciplina, es una muestra de interés y preocupación por sus hijos. Sin embargo es importante subrayar que de manera general existe demostración de interés y preocupación hacia sus hijos aunque esto se dé solo en algunas oportunidades y/o de manera alternativa.

Otro dato significativo del presente cuadro sería que el 72,8% de los padres indicó que A veces le dicen algo bueno (positivo, elogios, cumplidos, etc.) a sus hijos, por algo que hicieron, esto se le puede atribuir al hecho que algunos padres creen que al elogiar o recompensar la buena conducta de sus hijos, estos se volverán presuntuosos, otros también indican que les preocupa que los hijos ya no los respeten si los elogian; por último, señalaron que esto también sucede por falta de costumbre, por no saber cómo elogiarlos, porque cuando eran pequeños no recibieron ningún tipo de elogio, por lo tanto no saben cómo hacerlo con sus hijos. De igual manera, es importante evidenciar que en su mayoría los encuestados indicaron que elogian o le dicen algo positivo a sus hijos aunque de manera ocasional y en algunas oportunidades.

Por último, se observa que el **69,2%** de los padres señaló que **A veces** le dicen gracias a sus hijos, por hacer algo que les pidieron que hicieran, de manera ocasional y solo en algunas oportunidades, de igual manera que en el ítem anterior, se lo atribuye a la falta de costumbre, temor a no ser respetados, o a que sus hijos se vuelvan sobrevalorados.

CUADRO N°5
CONTROL PARENTAL FRENTE AL MAL COMPORTAMIENTO

Preguntas	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
23. ¿Cuándo hizo una regla para su hijo/a, ¿se aseguró que la cumpliera?	54	21,6	88	35,2	108	43,2	250	100%
24. ¿Cuándo HIJO/A rompió una regla, ¿Su hijo/a recibió la sanción que usted prometió?	39	15,6	106	42,4	105	42	250	100%
25. ¿Explicó claramente a su hijo/a, las reglas que esperaba que siguiera y la consecuencia que recibiría, si rompía esa regla?	21	8,4	121	48,4	108	43,2	250	100%
26. ¿Con qué frecuencia sancionó a su hijo/a por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoró?	20	8	123	49,2	107	42,8	250	100%
27. ¿Pensó cuidadosamente las reglas que le dio a su hijo/a, y las consecuencias o sanciones que recibiría si las rompía?	17	6,8	140	56	93	37,2	250	100%
28. ¿Amenaza a su HIJO/A, o le dice que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo?	57	22,8	69	27,6	124	49,6	250	100%
29. Si mi hijo/a, no obedece alguna regla o la quebranta, me pongo de acuerdo con mi esposo/a, sobre el castigo que tendrá?	74	29,6	100	40	76	30,4	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

El control parental *es definido como el conjunto de límites, reglas, restricciones y regulaciones que los padres tienen para sus hijos, y el conocimiento de las actividades que estos realizan*”⁶⁰.

La relación entre padres e hijos tiene una gran influencia en la mayoría de los aspectos del desarrollo del niño, cuando las habilidades y comportamientos de crianza de este, son óptimos, tienen un efecto positivo en su autoestima por lo tanto sus resultados en la escuela, su desarrollo cognitivo y su comportamiento de igual manera serán óptimos.

Mucho tiene que ver el estilo de crianza (autoritaria, democrática, permisiva) que tienen los padres para llevar con éxito este control; con el apoyo familiar el niño aprenderá rutinas, es decir, lo que tiene que hacer, qué está bien y qué está mal y también a convivir con los demás, respetando la individualidad.

Uno de los mayores factores que causa que los adolescentes tengan un mal comportamiento, es la falta de límites, y reglas; por el contrario, una crianza que incluya relaciones cálidas, una supervisión frecuente y el establecimiento de unos límites razonables puede ayudarle a aprender qué acciones son correctas y cuáles inapropiadas.

De manera general, se observa en el presente cuadro que la mayoría de los ítems, los padres frente al mal comportamiento se encuentran en una escala debajo de la media, lo cual nos indica que este control es escaso y poco efectivo. Así tenemos que uno de los datos más relevantes es que el **56% A veces** (ocasionalmente, o en alguna oportunidad), pensó cuidadosamente las reglas que le dio a su hijo/a, y las consecuencias o sanciones que recibiría si las rompía, esto se puede atribuir al hecho que en muchos casos ambos padres salen a trabajar durante todo el día; por lo tanto, las sanciones son pensadas en el momento de manera rápida y en muchas ocasiones no tiene nada que ver con el nivel de la falta cometida.

⁶⁰ Barber, B. K. & Olsen, J. A. (1997), 12, 287-315.

Otro dato importante es que el **49,6%** de los padres señaló que **A veces** amenaza a su hijo/a, diciéndole que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo; esto puede deberse a que se tiene generalizada la creencia que a través del temor se puede conseguir la obediencia de los hijos.

Por otro lado, un **49,2%** de los padres indicó que **A veces** sancionó a su hijo/a por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente lo ignoró; esto se debe a muchos factores entre ellos la falta de tiempo, exceso de trabajo, cansancio, exceso de responsabilidades, ausencia de control (es decir no hay quien controle el cumplimiento de la sanción, por lo tanto prefieren no imponer ningún castigo).

CUADRO N° 6

INFORMACIÓN DE PADRES A HIJOS RESPECTO A LA PROBLEMÁTICA

¿ Ha hablado con su hijo/a sobre lo que puede o no puede hacer respecto a:	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
30. Fumar cigarrillos	57	22,8	154	61,6	39	15,6	250	100%
31. Tomar alcohol	70	28	155	62	25	10	250	100%
32. Usar drogas	51	20,8	154	61,6	45	18	250	100%
33. Unirse a una pandilla	74	29,6	30	12	146	58,4	250	100%
34. Pelear en el colegio	57	22,8	55	22	138	55,2	250	100%
35. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	66	26,4	37	14,8	147	58,8	250	100%
36. Tener un(a) enamorado(a)	99	39,6	107	42,8	44	17,6	250	100%
37. Tener relaciones sexuales a esta edad	150	60	81	32,4	19	7,6	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

Para evitar que los adolescentes se sientan atraídos hacia estas conductas de riesgo es importante que los padres entiendan y apoyen a sus hijos; una de esta condición sería mantener una relación sólida y de confianza mutua, otra proveer información amplia, correcta, necesaria y oportuna; acerca de esta problemática, se entiende a la misma

como un “conjunto de datos con un significado, o sea, que reduce la incertidumbre o que aumenta el conocimiento de algo, siendo esta, un mensaje con significado en un determinado contexto, disponible para uso inmediato y que proporciona orientación a las acciones por el hecho de reducir el margen de incertidumbre con respecto a nuestras decisiones”⁶¹.

Hablar con los hijos sobre los peligros del tabaco, el alcohol, las drogas, y otras conductas de riesgo, así como tener información precisa puede ayudarles a tomar decisiones saludables, necesitan saber por qué las drogas pueden lastimar el cerebro, afectar el cuerpo y causar problemas en el hogar y en la escuela, aquellos que reciben información precisa y clara tienen más probabilidades de tomar buenas decisiones.

De acuerdo a lo observado en la tabla se tiene que un **62%** de los padres **A veces**, es decir ocasionalmente, les hablan a sus hijos sobre el consumo de alcohol, esto se atribuye al hecho que no saben cómo hacerlo, tienen miedo a ser criticados, tienen la creencia errónea que al hablar de estos temas es una forma de motivarlos a consumir, ya sea por curiosidad o por demostrar que ya son “adultos”.

Otro dato relevante es que el **61,6%** de los padres señaló que **A Veces**, u ocasionalmente, les hablan a sus hijos sobre el consumo de drogas y cigarrillos lo cual se atribuye a los mismos aspectos mencionados en el anterior ítem.

Por último, se tiene que el **60%** de los padres señala que **Nunca** les hablaron a sus hijos sobre tener relaciones sexuales, ya que consideran que no tienen edad para hablar sobre estos temas, por vergüenza, temor a las cuestionantes que surjan de parte de sus hijos, por creer equivocadamente que al hablarles de estos temas se despertará en ellos la motivación de empezar su vida sexual a muy temprana edad.

Cabe subrayar que si bien los padres hablan con sus hijos sobre el consumo de alcohol, drogas y cigarrillos, aunque sea de manera ocasional, estos brindan información acerca de estos temas; sin embargo, por los datos del anterior ítem se

⁶¹ Idalberto Chiavenato, 2006, Pág. 110

percibe que aún, y a pesar de la información disponible, a los padres les cuesta mucho hablar sobre el tema sexual, incluso en algunas ocasiones prefieren delegar esta responsabilidad a maestros, amigos, compañeros, con tal de no ser ellos quienes les hablen sobre este tema a su hijo/a.

CUADRO N° 6.1
PERCEPCIÓN DE LOS PADRES RESPECTO AL COMPORTAMIENTO DE SUS HIJOS EN CUANTO A:

¿Cuál de lo siguiente describe mejor lo que usted piensa respecto a lo que su HIJO/A hace, en cuanto a:	Estoy seguro/a que NO		No Sé		Estoy Seguro/a que SÍ		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
38. Fumar cigarrillos	235	94	13	5,2	2	0,8	250	100%
39. Tomar alcohol	235	94	10	4	5	2	250	100%
40. Usar drogas	221	88,4	19	7,6	10	4	250	100%
41. Unirse a una pandilla	198	79,2	37	14,8	15	6	250	100%
42. Pelear en el colegio	150	60	35	14	15	6	250	100%
43. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	218	87,2	11	4,4	21	8,4	250	100%
44. Tener un(a) enamorado(a)	200	80	29	11,6	21	8,4	250	100%
45. Tener relaciones sexuales a esta edad	236	94,4	7	2,8	7	2,8	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En la tabla se presentan los resultados acerca de la perspectiva que tienen los padres respecto al comportamiento que pueden o no tener sus hijos ante diferentes conductas problemáticas.

La perspectiva es *“el punto de vista concreto, particular y subjetivo que tiene una persona sobre un tema en concreto. La perspectiva no es fija e inamovible ya que lo habitual es que una persona cambie de opinión respecto de ciertos temas a lo largo de su vida precisamente, porque la experiencia también modifica la forma de interpretar la realidad”*.⁶²

Es de gran importancia que los padres mantengan un diálogo abierto y sincero con sus hijos, creando una comunicación abierta, y de confianza, esto será esencial para ayudarles a evitar cualquier conducta errónea como ser el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

Entre los datos más relevantes se tiene que el **94,4%** de los padres **está seguro** que sus hijos **no han tenido relaciones sexuales**, esto es atribuible al hecho de la edad ya que estos oscilan entre 10 a 13 años.

Otro dato que sobresale es que el **94%** de los encuestados señaló que **están seguros que sus hijos no fuman cigarrillos ni beben alcohol**; igual que en el anterior ítem una de las condiciones para esto es el hecho de la edad, y también consideran que brindan información oportuna sobre las consecuencias negativas (adicción, daño físico y psíquico, abandono de metas y sueños, etc.) que contrae el hacerlo.

Por último, el **88,4%** de los padres indicó estar seguro que sus hijos **no usan drogas**, es decir no consumen ningún tipo de droga, hecho que se le atribuye a las mismas condiciones que el anterior ítem.

⁶² <https://www.definicionabc.com/social/perspectiva.php>

CUADRO N° 6.2
ACTITUD DE LOS PADRES SOBRE LA PROBLEMÁTICA

<i>¿Qué tanto le agradaría o molestaría si se enterara que actualmente su hijo/a:</i>	Me agradaría		Indiferente		Me Desagradaría		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
46. Fuma cigarrillos	6	2,4	24	9,6	220	88	250	100
47. Toma alcohol	2	0,8	5	2	243	97,2	250	100
48. Usa drogas	3	1,2	4	1,6	243	97,2	250	100
49. Se ha unido a una pandilla	10	4	6	2,4	234	93,6	250	100
50. Pelea en el colegio	4	1,6	4	1,6	242	96,8	250	100
51. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	3	1,2	2	0,8	245	98	250	100
52. Tiene un(a) enamorado(a)	5	2	24	9,6	221	88,4	250	100
53. Tiene relaciones sexuales a esta edad	7	2,8	13	5,2	230	92	250	100

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

Se puede definir una actitud “*como la tendencia o predisposición aprendida, más o menos generalizada y de tono afectivo, a responder de un modo bastante persistente y característico, por lo común positiva o negativamente (a favor o en contra),*

con referencia a una situación, idea, valor, objeto o clase de objetos materiales, o a una persona o grupo de personas”⁶³

De manera general se observa que, la actitud de los padres en cuanto a esta problemática es de **Desagrado total**; sin embargo, es importante reconocer que son ellos quienes, tienen una influencia importante sobre el consumo de alcohol de sus hijos, en particular durante los años previos a la adolescencia y los primeros años de dicho período. Los adolescentes representan el grupo de edad de especial riesgo, dada su vulnerabilidad y tendencia a dejarse influenciar por el entorno.

El comportamiento imitativo, la influencia ejercida por el grupo de pares y la necesidad de desinhibición, unidos a la desinformación, la baja percepción del riesgo, el fácil acceso y la falta de alternativas, convierten el consumo de alcohol y otras drogas, en la principal actividad de diversión de los jóvenes, además de representar un peligro directo para la salud, ya que estas prácticas conllevan a diferentes problemas sociales (fracaso escolar, bajo rendimiento laboral, adicción entre otras).

Dentro de los datos más relevantes se tiene que el **98%** indicó que les **Desagradaría** que sus hijos abandonen la escuela, esto puede deberse al hecho que ellos consideran de vital importancia la educación, ya que a través de esta pueden tener mejores oportunidades laborales y sociales; es importante que a partir de ese dato se evidencia que para los padres es mucho más importante y preocupante que sus hijos no abandonen sus estudios que el hecho del consumo de alcohol y drogas.

Por otro lado, el **97,2%** de los padres indicó que les **Desagradaría** que sus hijos consuman alcohol y drogas, esto debido a que esto podría afectar su vida, alejándolos de sus sueños y metas, o podrían adquirir alguna adicción y/o dependencia hacia estas sustancias.

Por último, un **96,8%** de los padres señaló que le **Desagradaría** si sus hijos pelean en el colegio, ya que podrían ser sancionados con memorándums o expulsión, podrían

⁶³ K. Young, J.C. Flügel y otros, 2008

ser estigmatizados como violentos, golpeadores, abusadores o incluso ser maltratados por otros.

CUADRO N°7
DINÁMICA FAMILIAR

<i>En nuestra familia:</i>	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
54. Nos reunimos en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.)	21	8,4	171	68,4	58	23,2	250	100
55. Hacemos algo como familia por lo menos una vez a la semana que sea del agrado de todos?	26	10,4	129	51,6	95	38	250	100
56. Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia (ponernos al tanto sobre lo que nos sucedió, tomar decisiones, solucionar problemas, etc.)	150	60	55	22	45	18	250	100
57. ¿Cada uno tiene la oportunidad de expresar lo que desea o piensa en forma respetuosa?	90	36	147	58,8	13	5,2	250	100
58. ¿Dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos?	19	7,6	139	55,6	92	36,8	250	100
59. Mi hijo/a ayuda con las tareas y responsabilidades de la casa?	10	4	138	55,2	102	40,8	250	100
60. Cuando estoy en dificultades, cuento con mi	105	42	98	39,2	47	18,8	250	100

esposo/a y familia para solucionar el problema?								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

Fuente: Programa Familia Fuertes
Elaboración: Propia

Se entiende por dinámica familiar *“los aspectos suscitados en el interior de la familia en donde cada uno de sus miembros se encuentra ligado por lazos de pertenencia, relaciones de afecto, comunicación familiar, jerarquía o roles, toma de decisiones, resolución de conflictos y las funciones asignadas a su miembros”*.⁶⁴

Es importante comprender la dinámica familiar y sus características (comunicación, afecto, autoridad y roles), porque de esta forma se podrá contribuir a mejorar las relaciones entre los diferentes miembros del núcleo familiar, para que cada familia pueda crear un ambiente familiar con recursos imprescindibles para evitar conductas de riesgo, al hablar de recursos familiares se hace referencia a aquellos aspectos sociales, emocionales y físicos que hacen que la familia sea menos sensible al riesgo y más capaz de afrontar satisfactoriamente los factores estresantes, facilitando la adaptación individual y familiar.

Entre los datos más relevantes se tiene que el **68,4%** de los padres dijo que **A veces** se reúnen en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.), esto tiene relación con diferentes aspectos como ser: necesidad de que ambos padres trabajen, falta de tiempo, diferentes actividades de padres e hijos lo cual hace difícil que se puedan reunir todo el tiempo para realizar estas actividades, por lo que tienen que conformarse con algunos días de la semana o solo unos minutos durante el almuerzo.

Por otro lado, se tiene que el **60%** de los encuestados **Nunca** tiene reuniones para conversar sobre asuntos de la familia, ponerse al tanto sobre lo que les sucede o tomar decisiones, incluso para la solución problemas; este indicador es algo preocupante ya que evidencia el hecho de la no colaboración entre los miembros de la

⁶⁴Minuchin y M. P. Nichols, 2004

familia cuando se trata de temas serios, lo cual afecta bastante el clima familiar, provocando en sus miembros descontento y frustración.

Por último, se evidencia que el **58,8%** de los padres indica que en su familia **A veces**, se tiene la oportunidad de expresar lo que se desea o piensa en forma respetuosa, esto se atribuye a diferentes aspectos como ser: temor a ser criticados, no querer entrar en conflicto, es decir, que no expresan sus opiniones personales para evitar lastimar a alguien o por miedo a que se molesten, o por tener la idea errónea de creer que por mucho que se expresen los sentimientos no habrá solución al problema.

6.2. DESCRIPCIÓN SISTEMATIZADA DEL PROGRAMA DE PREVENCIÓN.-

Siguiendo con el segundo objetivo: *Desarrollar el programa de prevención “Familias fuertes: Amor y Límites”, a través de capacitaciones y talleres que promuevan la comunicación entre padres e hijos*”; en este punto se describirá el trabajo efectuado en cada sesión. Como se mencionó en el anterior capítulo, la metodología de trabajo fue activo participativo, lo cual posibilitó un mejor conocimiento de lo que comprende este programa, ya que les permitió a los padres de familia, un análisis, reflexión y participación.

Cabe recordar que el programa se divide en 2 módulos, el primero dirigido a los padres y el segundo a la familia en conjunto, ambos módulos se los llevó cabo en 7 sesiones, con una duración por sesión de 3 horas.

Los resultados que se esperaba con la aplicación del programa fueron: el aprendizaje de habilidades de conexión emocional, promoción de soporte y proximidad a los hijos, así como las maneras efectivas de disciplinar, orientar e informar, tratar afectivamente y escuchar a los hijos con empatía, conocimientos para usar los métodos de monitoreo efectivos para la crianza y para ayudar a los hijos alcanzar su

autonomía, formación de familias fuertes, unidas, comunicativas, informadas, con responsabilidad social y participantes en la prevención de conductas de riesgo.

En las líneas siguientes se presenta una descripción detallada de los talleres y capacitación realizada a los padres (Módulo I), a las familias en conjunto (Módulo II); así también algunos de los comentarios hacia las actividades realizadas.

MÓDULO I DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA

SESIÓN N° 1.- AMOR Y LÍMITES

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

- Pensar en las cualidades que desean ver en sus hijos
- Comprender el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las habilidades necesarias para un desarrollo saludable, las competencias y cualidades deseadas.
- Aprender a apoyar los sueños y metas de sus hijos.
- Comprender cómo el sexo masculino o femenino del adolescente influye en las conductas.

MATERIALES: Lista de asistencia de los padres, Tarjetas de identificación, Televisión, DVD, laptop o USB, Video o DVD, Papelógrafo, Marcador grande (1 para cada padre, madre o tutor), Figura esquemática de un adolescente dibujada en una hoja grande para el papelógrafo, Afiche con el lema de los padres/madres o tutores.

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida e introducción
2. Aplicación del pre test

3. Desarrollo de los temas

4. Cierre de la sesión

TEMA 1. METAS Y CUALIDADES DE LOS ADOLESCENTES

Se proyectó un video que contenía escenas de padres, hablando entre ellos y otras personas, hablando con sus hijos adolescentes, sobre diferentes actividades que realizan para su entretenimiento y recreación.

Actividad N°1: (Dinámica de análisis y reflexión)

En pantalla se proyectó la pregunta: ¿Qué cualidades desea usted para sus hijos?

Seguidamente se les pidió a los padres que se reúnan en parejas para analizar las metas que tienen para sus hijos (por ejemplo metas profesionales, de pareja y de familia) y las cualidades (por ejemplo honestidad) que deseen ver en ellos.

Se les explicó que deben analizar por separado las metas y cualidades de sus hijos. Mientras sucede esto, el facilitador pegó en la pared dos figuras esquemáticas por separado en hojas grandes, una de una mujer y la otra de un varón.

Después de unos minutos, se los volvió a reunir a todos en grupo y se les pidió que mencionen las cualidades que desean ver en sus hijos e hijas. Primero se pidió a padres voluntarios que pasen y escriban esas cualidades alrededor de las figuras dibujadas por el facilitador, una vez llenadas se hizo hincapié en el hecho de que debemos esperar lo mismo de varones y mujeres.

Entre las opciones que dieron estuvieron:

“Yo quiero que sea respetuoso con los mayores”, fueron las palabras de Doña Lidia

“Que sea responsable con sus tareas de la escuela, que me ayude en la casa” señaló el señor Never.

Otras cualidades que señalaron fueron: ser solidario, honesto, que ayude a sus hermanos, que sea confiable, solidario, obediente, etc.

TEMA 2. RESULTADOS DE LA CRIANZA AUTORITARIA

Se proyectó un video que contenía escenas de padres, hablando entre ellos y otras personas hablando con sus hijos adolescentes, sobre lo que representa una crianza autoritaria.

Actividad N° 2: (Dinámica de análisis y reflexión)

Después de proyectado el video del tema 2, se realizó una plenaria, en la cual se les pregunto:

1. ¿Qué es para usted la crianza autoritaria? ¿Qué piensa sobre ese tipo de crianza?
2. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza autoritaria?
3. ¿Se identifica usted con las escenas en pantalla? ¿De qué forma?, asimismo, se les indico que sus respuestas deberían ser a partir del análisis de las escenas presentadas para profundizar el tema.

Entre las respuestas que dieron están:

“Es como si yo fuera el presidente de mi casa, donde todo lo que yo digo es ley, todos deben obedecerme, hacer lo que yo diga...esto es malo porque mis hijos me tendrán miedo, y yo no quiero eso, porque yo quiero a mis hijos, además ya no querrán contarme nada..., sí licenciada a veces yo creo que me porto así, pero lo hago porque creo que también los papás de antes fueron así conmigo. Y también porque ahora los hijos ya no hacen caso como antes...”

“Es mala... mi hija no me tendrá confianza, me ocultará las cosas, se volverá rebelde...por eso hay que tenerle confianza a los hijos, se les debe escuchar, entenderlos...”

Al finalizar todas las intervenciones, se hizo una pequeña síntesis con las respuestas más reflexivas, haciendo énfasis en la crianza autoritaria, ventajas y desventajas de la misma; esta síntesis se la elaboró con las mismas intervenciones de los participantes.

TEMA 3: RESULTADOS DE LA CRIANZA PERMISIVA

Se proyectó un video que contenía escenas de padres, hablando entre ellos y otras personas hablando con sus hijos adolescentes, sobre lo que representa una crianza permisiva.

Actividad N° 3: (dinámica de análisis y reflexión)

Después de proyectado el tema 3, se realizó una plenaria, en la cual se le preguntó al grupo:

1. ¿Cómo define la crianza permisiva? ¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?
2. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza permisiva?

Se les indicó que sus respuestas deberían ser a partir del análisis de las escenas presentadas para profundizar el tema.

Respuestas:

“Esta forma de educar a los hijos no sirve...porque ellos se creen los papás, y no debe ser así...nosotros somos los padres y ellos nuestros hijos, deben respetarnos”

“También es mala porque los hijos no nos harán caso cuando les demos alguna orden, siempre harán lo que quieran...pueden irse a las fiestas y hasta aprender cosas malas...”

“mi hijo se volvería un delincuente si le dejo hacer lo que quiera... ya no quisiera tal vez ni estudiar...no no no está crianza es muy perjudicial para ellos...”

Al finalizar todas las intervenciones se hizo una pequeña síntesis con las respuestas más reflexivas, haciendo énfasis en la crianza permisiva, sus ventajas y desventajas haciendo una comparación con la autoritaria; esta síntesis se la elaboró con las mismas intervenciones de los participantes, replicando alguna de ellas.

TEMA 4: RESULTADOS DE LA CRIANZA CON AMOR Y LÍMITES

Se proyectó un video que contenía escenas de padres, hablando entre ellos y otras personas hablando con sus hijos adolescentes, sobre lo que representa una crianza equilibrada, una crianza con amor y límites, como el nombre del programa.

Actividad: (dinámica lúdica)

En esta actividad, se trabajó con el grupo, la interrogante: ¿Qué conducta creen que generaría una crianza con amor y límites?

Se les explico a los padres en qué consistiría la actividad:

Para esta actividad dibujaré en la habitación una línea imaginaria sobre la cual colocaré tres letreros con diferentes enunciados: a un extremo colocaré el enunciado “Rara vez”, al medio el enunciado “a veces” y al otro extremo “A menudo”, Ustedes (los padres), deberán ubicarse en el lugar (sobre la línea imaginaria) que consideren que se relaciona con su modo de pensar en relación a las diferentes conductas y crianza”.

Posteriormente se les leyó algunas afirmaciones acerca de diferentes maneras de actuar como padres, y ellos deberán situarse en el lugar de la línea que indique la frecuencia con que hacen lo que se les indica.

Las afirmaciones leídas fueron:

- ¿Para abordar los problemas, usted espera hasta estar calmado? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

Se observó que la tercera parte de los padres se colocó en dirección al letrero de “A veces”, el resto se colocó donde decía “a menudo”.

Esto nos indicó que la mayoría de los padres se calma antes de afrontar algún problema, es decir que primero piensa y después reacciona.

- ¿Aplica sanciones cuando su hijo se comporta inadecuadamente? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

Casi todos los padres se colocaron en el enunciado “a menudo”, lo cual quiere decir que ante malos comportamientos los padres aplican sanciones.

- ¿Participa como familia en actividades divertidas? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

Dos terceras partes de los asistentes se colocaron en el enunciado de “rara vez”

- ¿Abraza a su hijo y le dice “te quiero”? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

En esta afirmación, solo una tercera parte de los asistentes se colocó en el enunciado “a veces”.

Una vez terminada la dinámica se les pidió que los padres indiquen el porqué de su elección. A lo que señalaron:

“Yo antes era muy impulsivo pero ahora respiro profundo y después me calmo o por lo menos trato de calmarme y escucho por qué actuaron así mis hijos”

“Cuando se portan mal mis hijos yo les castigo pero a veces el castigo solo dura lo que dura mi enojo”

“Rara vez participamos en actividades porque mi esposa también trabaja y mis hijos ya no quieren salir con nosotros, ellos solo quieren estar con sus amigos”

Si yo le digo siempre que lo quiero y lo abrazo mucho...porque a los hijos hay que quererlos y demostrarles mucho amor”

Posterior a esto se les indicó que este programa tiene el propósito de enseñarles formas de ayudar a sus hijos a hacer lo que se espera de ellos y también a comprender que ustedes los quieren; se remarcó la importancia de fijar reglas y asegurarse que estas se cumplan, así como también lo importante y necesario que son las demostraciones de afecto hacia los hijos, esto les ayuda a desarrollar su autoestima.

Se les invito a ver el siguiente video.

TEMA 5: APOYO A LOS SUEÑOS Y METAS DE LOS ADOLESCENTES

Se proyectó un video que contenía escenas de padres, hablando entre ellos y otras personas hablando con sus hijos adolescentes, sobre cómo se puede apoyar los sueños y metas de los adolescentes.

Actividad: (dinámica de análisis y reflexión, Plenaria)

*Después de proyectado el tema 5, se realizó una plenaria, en la cual el facilitador preguntó al grupo:

¿Cómo se sentían Emilia y Marcos?

¿Qué impacto podría tener en nuestros hijos el menospreciar sus metas?

¿Por qué a veces los padres menosprecian los sueños de sus hijos?

¿Qué carrera esperaría usted que sigan sus hijos?

A lo que señalaron:

“tristes, enojados, porque sus padres no los escucharon”

“Uno no debe hacerle sentir mal al hijo porque el pensará que no nos importa lo que piensa”

“A veces nos reímos de sus sueños porque nos parece que no podrán lograrlos o porque son muy pequeños y cuando crezcan pensarán de otra manera”

“Me gustaría que sea deportista pero ella quiere ser doctora veterinaria”

¿Y Usted que le dice al respecto?

“Que ella tiene que estudiar para ser profesional en lo que ella quiera...porque debemos apoyar lo que ellos quieren ser aunque a nosotros no nos guste”

Se finalizó haciendo un resumen con sus intervenciones, recalcando que se debe apoyar los sueños de sus hijos, esto hará que el niño crezca con confianza en sus padres.

3.- CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de síntesis de la sesión se hizo hincapié en los aspectos más importantes aprendidos en esta sesión, como ser:

- Expresar el amor a sus hijos y hacer saber lo que se espera de ellos/ellas.
- Encontrar el término adecuado en la crianza, una relación con amor y con reglas claras, sin extremos de autoritarismo o permisividad.
- Construir una relación positiva con sus hijos, considerando los sentimientos y respetando sus opiniones, para facilitar la confianza.
- Ayudar a sus hijos a descubrir lo que necesitan para cumplir sus sueños y metas haciéndoles saber que los apoyarán.

Se recordó alguna de las intervenciones que tuvieron los padres de familia.

Antes de despedirse, se les pidió a los padres realizar la siguiente tarea:

“Deberán tomar nota de una ocasión durante la semana en que fijan límites y otra ocasión en la que expresan amor a sus hijos, recordando el concepto de amor y límites trabajados en la presente sesión”.

También se les indico que el grupo de padres tendrá un lema, el cual deberán aprender de memoria en el transcurso de las sesiones y lo repetirán en conjunto al terminar cada sesión:

“Con Amor y Límites seremos una familia mejor”

Y así lo hicieron, repitiendo a viva voz el lema.

OBSERVACIONES: No hubo muchos contratiempos, ya que las instrucciones de cada actividad eran claras, lo que sí fue un poco difícil fue hacer participar a los padres, ya que por ser la primera sesión muchos de los asistentes tenían mucha vergüenza de participar, por lo que se identificó a aquellos padres que participan, y a partir de esto, comenzaron otros padres a participar; también lo que se hizo fue crear un clima tranquilo, y cuando no había voluntarios para responder se les preguntaba al azar, por lo que no les quedaba más que responder, además que se les entregó credenciales a cada padre con su nombre, lo cual hizo más fácil su participación.

Cuando se trabajó en la comunidad de San Andrés y Piedra Larga, se utilizó un lenguaje más sencillo para que no haya contratiempos con las instrucciones de cada dinámica.

SESIÓN N°2: ESTABLECER REGLAS EN CASA

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

- Comprender los cambios en los adolescentes.

- Comprender la necesidad de reglas
- Aprender a recordar las reglas a los adolescentes sin criticarlos.

MATERIALES: Lista de asistencia de los padres/madres o tutores, Tarjetas de identificación, DVD, video para la sesión, Rotafolio y marcadores, Cartel de situaciones: Aplicando las afirmaciones en primera persona, Hojas de trabajo, Cartel de afirmaciones que comienzan con “Me siento...” (MRF sesión 2) con el lema de los padres, Hojas de trabajo, Cartel con el lema de los padres.

TIEMPO: 90 minutos

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida e introducción
2. Repaso de las prácticas del hogar (Tarea)

Antes de desarrollar la sesión, se les preguntó a los padres si habían realizado la tarea que se les dio en la anterior sesión, a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué límites puso para esta semana a su hijo?
- ¿Cómo demostró cariño a su hijo?

“yo le quité el celular como castigo porque no me hizo caso”

“Cuando lo traje al colegio le dije que lo quería mucho y que siempre estaré para apoyarlo”

“Me cuesta demostrarle que lo quiero porque mis papás eran muy estrictos conmigo...pero seguiré tratando de hacer la tarea que nos dio”.

Todas las intervenciones, fueron aplaudidas y se les motivó a que sigan creando nuevos vínculos afectivos con sus hijos y se les invitó a ver el siguiente video donde las escenas muestran los cambios que han notado en sus hijos.

3. DESARROLLO DE LOS TEMAS:

TEMA. 1: ¿CÓMO SON LOS ADOLESCENTES?

Proyección de video, las escenas muestran cómo los adolescentes van cambiando tanto física como psicológicamente.

Actividad N°1: ¿Qué cambios nota usted en su hijo?

Se les pidió a los padres que piensen en ejemplos de los diferentes cambios que observan en la adolescencia, diferenciando entre los chicos y chicas.

- En cuanto a cambios físicos señalaron:

“más alto”

“más robusto”

“le están saliendo pelitos en las axilas”

“le están comenzando a crecer los pechitos”

- En cuanto a los cambios en sus actividades, señalaron

“quiere estar solo”

“quiere venir solo al colegio”

“ya no le gusta que le diga nada...que no le llame la atención”

“para prendido al celular”

- Relaciones con la familia:

“Todo critica”

“Se ha vuelto contestón”

“no quiere obedecer las reglas”

“me miente, antes no mentía no sé qué le estará pasando”

Antes de pasar al siguiente tema, se les indico a los padres que *“nuestros hijos están creciendo es normal que cambien física como psicológicamente, los adolescentes están constantemente explorando y definiendo su identidad, todo cambio es propio de la edad, como padres lo que debemos hacer es acompañar todos estos cambios, debemos aprender a escucharlos, tratar de recordar que también nosotros fuimos adolescentes y también experimentamos todas estas experiencias.”*

Luego se les invito a ver el siguiente video.

TEMA 2: REGLAS PARA NUESTRA FAMILIA

Proyección de video acerca de la importancia de las reglas dentro la familia.

ACTIVIDAD N° 2: Se les pidió a los padres que mencionen conductas problemáticas que muestran sus hijos en el hogar o la escuela.

Posteriormente, se escribió dos o tres conductas problemáticas en el rotafolio, y dejar espacio debajo de cada una. A continuación se les pidió a los padres que conviertan la conducta problemática en una conducta positiva deseada. Ejemplo: “No hacer la tarea escolar” se convierte en “Hacer la tarea escolar cada noche antes de ver televisión”;

Señalaron:

“No ayudar en las labores domésticas” se convirtió en “ayudar en casa a lavar los platos después de comer”

“No revisar tu mochila, para ver si te falta algo” se convirtió en “revisar tu mochila antes de irte a dormir, para que no te olvides ningún cuaderno”

“Mentir” se convirtió en “no mentir porque si no perderás mi confianza y ya no te creeré nada”.

Posteriormente se les felicitó por su participación y se les invitó a ver el siguiente video.

TEMA 3: USANDO AFIRMACIONES EN PRIMERA PERSONA “ME SIENTO”

Proyección de video, donde se mostró a través de diferentes escenas y ejemplos cómo utilizar correctamente la afirmación en primera persona “Me siento”.

ACTIVIDAD N° 3: CARTEL DE SITUACIONES:

Se leyó a los padres unas cuantas descripciones de situaciones presentadas en un cartel (que podían ver los padres) donde se expresaban afirmaciones que comenzaban con “Me siento...” y se les pidió a los padres que expresen sus sentimientos, utilizando esta afirmación.

Cada participante tuvo que usar la palabra “Me siento...” seguida de una palabra que exprese un sentimiento, no deben ofrecer soluciones sino solo mencionar sus sentimientos. Ejemplos:

Situación – Su hija no ha vuelto a tiempo para la cena

Afirmación- “Me siento frustrado”

Los padres indicaron:

“Me siento triste”

“me siento preocupado”

“me siento enojado”

“me siento frustrada”

Se les explico que ahora en el siguiente video aprenderemos otra afirmación.

ACTIVIDAD N° 4: “ME SIENTO...CUANDO”

Se les presentó al grupo, un cartel de situaciones, y posteriormente se les leyó las siguientes descripciones: “Me siento...” y se pidió a los padres que agreguen a la oración el componente “cuando...”. Se les recordó que deben limitarse a describir la conducta o la situación específica. Ejemplos:

Situación – Su hija llega tarde para la cena

Afirmación- “Me siento frustrado cuando no llegas a casa a tiempo para la cena”.

Los padres señalaron:

“Me siento molesto cuando no sacas la basura”

“Me siento triste cuando me contestas”.

“Me siento frustrado cuando no haces la tarea”

Se les explicó la importancia de decirles a los hijos cómo se sienten cuando ellos no obedecen algo que ustedes les dicen que hagan, *“es muy importante decirle al niño*

cómo nos sentimos y cuándo nos sentimos así, nuestro hijo no es adivino, es importante que les enseñemos también a ellos a decir cómo se sienten”.

Posteriormente se les invitó a ver el siguiente video en el que aprenderemos otra afirmación.

ACTIVIDAD N° 5: “ME SIENTO...CUANDO...PORQUE”

Se presentó al grupo un cartel de situaciones, y luego se les leyó los ejemplos de la actividad anterior y se pidió a los padres que repitan sus afirmaciones agregando “porque” sin todavía ofrecer soluciones.

Ejemplos:

Situación – Su hija llega tarde para la cena

Afirmación- “Me siento frustrado cuando no llegas a casa a tiempo para la cena porque nuestra familia acostumbra conversar durante ella”.

Los padres indicaron:

“Me siento enojado cuando no sacas la basura, porque es la regla que tenemos en casa”

“Me siento triste cuando me contestas con insolencia, porque merezco que me respetes”.

“Me siento frustrada cuando no me ayudas con las tareas de la casa porque yo llego cansada de trabajar y solo te pido eso”

Se instó a los padres a que practiquen estas afirmaciones, si bien son tan fáciles de decir nos cuesta mucho hacerlo. Luego se les invitó a ver el siguiente video donde se mostró la afirmación en una oración completa.

ACTIVIDAD N°6: “ME SIENTO...CUANDO...PORQUE...ME GUSTARÍA

Se presentó al grupo un cartel de situaciones, posteriormente se indicó los ejemplos de la actividad anterior y pidió a los padres que repitan sus afirmaciones agregando “me gustaría”, que sería la solución al problema en cuestión.

Los padres señalaron:

“Me siento enojado cuando no sacas la basura, porque es la regla que tenemos en casa, me gustaría que lo hagas por favor”

“Me siento triste cuando me contestas con insolencia, porque merezco que me respetes, me gustaría que no lo vuelvas a hacer”.

“Me siento frustrada cuando no me ayudas con las tareas de la casa porque yo llego cansada de trabajar y solo te pido eso, me gustaría llegar a casa y que tu hayas ayudado con el quehacer”

Se hizo notar a los padres que estas afirmaciones serán de gran ayuda cuando necesiten decirle algo a sus hijos, por lo que es importante que la practiquen, pero no solo en situaciones malas sino también cuando los adolescentes se porten bien *“me siento feliz cuando limpias tu cuarto, porque eso quiere decir que eres responsable con tus cosas me gustaría que lo sigas haciendo, te felicito”*

3.- CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de síntesis de la sesión se hizo hincapié en los aspectos más importantes aprendidos en esta sesión como ser:

- Los hijos deben saber lo que se espera que hagan o no hagan, en casa y fuera de ella, deben conocer las razones.
- Las reglas deben ser claras sobre lo que los adolescentes necesiten mejorar, se debe comenzar con lo que se puede hacer cumplir con relativa facilidad.

•No hay necesidad de gritar, criticar o reprender para establecer reglas, se sabe que los adolescentes se hacen rebeldes o retraídos si se los trata negativamente, además se ponen a la defensiva.

Antes de despedirse, se pidió a los padres para la próxima realizar la siguiente tarea:

- Deberán usar una afirmación que comienza con “Me siento...” en casa con su hijo si este se comporta mal.
- Observar la conducta de su hijo durante la próxima semana en relación a una regla que ellos decidan establecer en la sesión con la familia. Tomar nota cuando su hijo siga la regla y cuando la infrinja.

Como ya se lo hizo en la anterior sesión, se pidió a los padres repetir el lema:

“Con Amor y Límites seremos una familia mejor”

OBSERVACIONES: Se realizaron todas las actividades como lo indica el manual, salvo una modificación en la actividad N° 6 (practicar la afirmación completa), el manual solo indica ejemplos en casos de un mal comportamiento en sus hijos, pero se indicó que esta actividad se la puede realizar también cuando el niño se porta bien a manera de estimular ese buen comportamiento, lo cual resultó muy productivo porque hubo mayor participación de los padres.

SESIÓN N° 3: ESTIMULAR LA BUENA CONDUCTA

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

1. Identificar conductas adecuadas en sus hijos y aprender a elogiarlas
2. Usar recompensas para enseñar nuevas conductas a sus hijos.
3. Establecer una relación positiva con sus hijos.

MATERIALES: Tarjetas de identificación, Lista de asistencia de los padres, Televisión y DVD, Video de la sesión con los padres, marcadores, Muestra del árbol de la familia hecho por el facilitador del grupo. Cartel con diferentes árboles de familias, Cartel con el lema de los padres/madres o tutores (de la sesión con los padres/madres o tutores).

TIEMPO: 90 MINUTOS

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida
2. Repaso de las prácticas para el hogar (Tarea)

El facilitador preguntó a los padres las siguientes preguntas:

¿Tuvo la oportunidad de usar las afirmaciones que comienzan con “Me siento...” y qué resultados obtuvo?

¿Cómo se comportaron sus hijos en relación con las reglas?

¿Las reglas en casa son iguales para sus hijos e hijas?

Los padres señalaron:

“Si yo utilice pero cuando mi hijo limpió su cuarto porque siempre peleaba con él para que lo haga, así que le dije estoy feliz de que hayas limpiado tu cuarto eso quiere decir que ya eres un niño grande que se da cuenta que su cuarto debe permanecer limpio, me gustaría que sigas haciéndolo”

“Mi hija cuando le quité el celular no me dijo nada y me dijo que se portará bien, pero cuando salí un ratito ella sacó su celular pero cuando volví me avisó, eso para mí es un cambio en mi hijo porque antes no me hubiera dicho nada, y también yo cuando le castigo a mi hija por algo que hace mal mi hijo también cuando hace lo mismo igualito yo le castigo”.

Se les felicito por cumplir con la tarea y se les indicó que solo así tendrá éxito el programa si todos ponen de su parte, es importante que practiquen todo lo que aprenden con el programa, posteriormente se les invitó a comenzar la sesión.

TEMA N°1: ANÁLISIS DE LOS ELOGIOS

Proyección de video en el cual aprenderán cómo elogiar a sus hijos.

Actividad N°1: Elogios

El facilitador preguntó a los participantes:

¿Elogian a sus hijos?

¿Qué podrían elogiar de su hijo?

Los padres señalaron:

“Casi nunca”

“Sí muchas veces”

“Que es un niño respetuoso con sus padres”

“Que no me hace renegar”

“Que se porta bien y eso me gusta”

Posteriormente se les hizo notar que los elogios de la escena que vieron a través de la proyección del video, fueron específicos y que estos padres hicieron un comentario sobre lo que les gustaba; con esto lo que lograran estos padres es que los hijos repitan esta buena conducta, por eso elogiar a los hijos es necesario para fomentar buenas conductas en ellos.

Se les invitó a ver el siguiente video.

TEMA N°2: LA NECESIDAD DE SER RECONOCIDOS

Se proyectó un video en el cual los padres observarán cómo es importante el reconocimiento hacia sus hijos porque ellos esperan lo mismo.

Actividad N°2: En esta actividad se solicitó a cada padre que dé un ejemplo de algo que hacen y que las otras personas no reconocen.

Luego se les pidió que describan como se sienten cuando sucede eso.

Señalaron:

“mi familia no reconoce el esfuerzo que hago de trabajar todo el día para darle lo mejor a ellos...eso me hace que me sienta muy triste”.

“mis hijos no reconocen mi trabajo, porque cuando llego cansada a casa todavía tengo que llegar a lavar los platos porque ellos no me ayudan en nada, por eso a veces me enoja”

Se les explicó a los padres que el propósito de esta actividad: *“es hacer que los padres reconozcan que al igual que ellos, sus hijos también desean y necesitan ser reconocidos por las cosas buenas que hacen, por eso es importante que les reconozcamos cualquier buena conducta por más pequeña que esta sea”.*

Tema N° 3: ELOGIOS Y RECOMPENSAS

Proyección de video con escenas sobre los elogios y las recompensas.

Actividad N°3: En primer lugar se dividió a los padres en parejas y se les pidió que analicen acciones por las que podrían elogiar a su hijo: después de unos 2 minutos, se reunió a todo el grupo y se les pidió que expongan las cosas por las cuales podrían elogiar a sus hijos.

Posteriormente cada padre escribió un breve cumplido específico para su hijo en una hoja; para ayudar a los padres se les escribió los siguientes ejemplos en el rotafolio y se lo mostró al grupo (para darles ideas de cómo hacerlo):

”Querido _____, Me gustaría que tu...”Te quiero, _____

“Querido _____, hiciste un buen trabajo al _____.Te quiere” _____

Escribieron:

“Querido hijo Álvaro, me gustaría que tu sea un niño obediente y que cumpla con sus tareas, te quiero mucho”

“Querida lidia, hiciste un buen trabajo al lavar tu ropa, muchas gracias, te quiere tu mama”

Al terminar la actividad se les indicó a los padres que debían llevarse el cumplido escrito y esconderlo en casa, bajo la almohada de su hijo/a, para que lo encontrara y supiera cuanto lo queremos que nos gustaría y de que estamos orgullosos.

TEMA N° 4: PASOS HACIA LA INDEPENDENCIA

Actividad N° 4: Se indicó a los padres que cierren los ojos y piensen en la época en que por primera vez sintieron que empezaban a ser independientes, quizás cuando les permitieron ir a alguna parte o hacer algo solos.

Después de un minuto, se les pidió que abran los ojos, y se solicitó voluntarios que quisieran contar su experiencia y cómo se sintieron.

Luego se hizo las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles fueron los primeros pasos hacia la independencia? (por ejemplo salir solo a la tienda para comprar algo o salir con amigos sin acompañamiento de un adulto) ¿A qué edad?

- ¿Por qué temen los padres dar independencia a sus hijos?

Entre las respuestas que señalaron están:

“uhhh, antes los padres eran estrictos solo salías de tu casa cuando te ibas a casar...no es como ahora que desde chiquititos ya salen a fiestas”

“yo me acuerdo que cuando cumplí 22 años salí por primera vez con mi primo fuimos al parque de las flores...no era como hoy en día que a los 14 ya están con sus chicas y hasta jovencitas embarazadas a los 14 años”

“Tengo miedo que le pase algo a mi hijo y como es mi único hijo es peor...pero el otro día me pidió irse solo al colegio casi me muero”

“es que tantas cosas que pasan, hoy te matan por 1 boliviano y por eso es que mi hijo todavía no puede salir además recién tiene 12 años yo a su edad no salía”

Como última actividad se les solicitó a los participantes que piensen en el futuro, cuando sus hijos tengan dos o tres años más, y que consideren lo que les permitirán hacer con más independencia.

Respuestas:

“cuando tenga 18 puede ir a las fiestas porque ya sabrá cuidarse solo”

“podrá irse solo al colegio”

“salir con sus compañeros o amigos”

Antes de pasar a la siguiente actividad se le hizo notar que: *“los tiempos han cambiado que los hijos quieren ser más independientes a más temprana edad, pero que esto en realidad no es malo, porque de alguna manera les estarán enseñando a sus hijos como afrontar alguna circunstancia difícil en su vida, pero como papás*

siempre debemos estar a su lado, debemos escucharlos dándoles “amor pero poniendo límites también, como dice el programa”.

TEMA N° 5: CONSTRUYENDO UNA RELACIÓN POSITIVA

Proyección de video sobre cómo lograr una relación positiva con los hijos.

Actividad N° 5: Se pidió a los padres hacer una lluvia de ideas sobre pasar momentos significativos con sus hijos, además de elogiar y otorgar privilegios adicionales, para mostrar amor e interés por sus hijos.

Se registró en el rotafolio, las ideas mencionadas por los padres.

Luego se les pregunto qué cosas en la lista definitivamente transmitirían el mensaje de amor. Por ejemplo: Abrazos, decir “te quiero”, escribir una nota cariñosa.

Los padres señalaron:

“decirles que los queremos mucho que siempre podrán contar con nosotros”

“besarlos y abrazarlos muy fuerte”

“elogiar todo lo bueno que hacen”

“elogiar su esfuerzo en la escuela”

Se reforzó esta actividad indicando lo importante que es *“la demostración de amor, aprecio y cuidado con los hijos solo así podremos esperar que nuestro niño crezca seguro, confiado pero sobre todo, cuando necesite algún consejo recurra a nosotros y no a maños amigos”.*

3. CIERRE DE LA SESIÓN

Se hizo un breve resumen de los puntos más sobresalientes que ayude a los padres a identificar los aprendizajes de la sesión:

- Incorporar el estímulo en el modo de relación padres-hijos, reconociendo los progresos mediante halagos y cumplidos.
- En la adolescencia hay una fuerte necesidad de independencia, el no dársela pondría en riesgo el aprendizaje en la toma de decisiones, lo haría débil ante la presión de los demás,
- Se debe preparar a los adolescentes paulatinamente para que en el futuro puedan valerse por sí mismos.

Antes de despedirse, se les agradeció y se pidió a los padres para la próxima sesión realizar la siguiente tarea:

- Durante la semana identifiquen acciones de su hijo que merezcan ser elogiadas.
- Encontrar maneras de aumentar la independencia de su hijo. Además de hacerse tiempo para pasar un tiempo significativo con su hijo.

Por último y como ya es de costumbre se repitió el lema del grupo:

“Con Amor y Límites seremos una familia mejor”

OBSERVACIONES: Todas las actividades fueron llevadas a cabo con éxito, pero se pudo evidenciar que fue muy productivo el ejercicio de la actividad N° 6, cuando se les pidió que cierren los ojos (hubo mucha risa al principio) y recordaran como eran a la edad que actualmente tienen sus hijos; varios padres indicaron que no se acordaban cómo eran, otros señalaron que no querían recordar y otros con una sonrisa en sus labios indicaron que fueron años muy divertidos, sin responsabilidad, sin preocupaciones, cuando solo tenían que estudiar, etc.; esta actividad ayudó mucho a conocerse más entre los participantes, se creó un clima de mayor confraternización.

SESIÓN N°4: UTILIZACIÓN DE LAS CONSECUENCIAS

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

- Comprender por qué es importante permanecer serenos y actuar con respeto
- Aprender a usar sanciones pequeñas para problemas pequeños
- Aprender a dejar las sanciones grandes para los problemas importantes

MATERIALES:

Tarjetas de identificación, Lista de asistencia de los padres, Televisión, DVD, Video de la sesión, Papelógrafos y Marcadores, Cartel del lema de los padres/madres o tutores

TIEMPO: 90 Minutos

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida
2. Repaso de las prácticas del hogar

A través de las siguientes preguntas se analizó con el grupo la tarea dada en la anterior sesión:

¿Qué elogios hicieron a sus hijos e hijas en casa?

¿Cómo respondieron ellos y ellas a los elogios?

Los padres señalaron:

“le dije a mi hija que estoy muy orgullosa de ella por lo buena hija que es”

“ella me miró y sonrió”

“felicité a mi hijo por irse a dormir temprano”

“le felicité a mi hija cuando metió un gol”

Se les felicitó por cumplir con la tarea y se les invitó a ver el video de la correspondiente sesión.

3. DESARROLLO DE LOS TEMAS:

TEMA 1: SANCIONES LEVES Y LISTA DE PEQUEÑAS TAREAS DOMÉSTICAS

Proyección de video acerca de cómo colocar reglas en casa y hacer que los hijos las cumplan.

Actividad N° 1:

Primero, se solicitó a los padres que hagan una lista de tareas domésticas sobre las cuales sus hijos ya tienen responsabilidades. Por ejemplo: limpiar las mesas de la cocina, barrer el piso.

Padres indicaron:

“limpiar su cuarto”

“doblar su ropa”

“sacar a pasear al perro”

Segundo, se solicitó a los padres hacer una lluvia de ideas sobre una lista de tareas cortas y fáciles para usarlas como sanción, ejemplos: doblar la ropa limpia después del lavado, limpiar el baño.

Señalaron:

“sacar la basura durante todo el mes”

“lavar los platos después de comer”

“ayudar a alimentar a los pollos”

Luego se preguntó a los padres para qué clases de pequeñas faltas serían apropiadas las tareas pequeñas.

Ejemplos: Olvidarse de hacer la tarea escolar, contestar con insolencia

Señalaron:

“olvidarse de hacer una tarea doméstica”

“llegar tarde a casa”

“no cumplir con el horario de dormir”

Antes de pasar al siguiente tema se explicó a los padres que las pequeñas tareas que usan como sanción son tareas adicionales a las tareas y deberes que tiene su hijo. *Si el adolescente ya tiene muchas tareas asignadas, probablemente no dará buenos resultados asignar tareas adicionales como una sanción por su falta.*

Es importante tomar en cuenta la sanción que se les aplique, la gravedad que la falta tiene indicará la gravedad de la sanción.

TEMA 2: ENUMERACIÓN DE PEQUEÑOS PRIVILEGIOS QUE SE PUEDEN QUITAR

Proyección de video acerca de cómo hacer que se cumplan las reglas.

Actividad N° 2:

Primero, se solicitó a los padres que hagan una lista de los privilegios que actualmente tienen sus hijos.

Indicaron:

“tienen cable pueden ver diferentes canales de otros países”

“le comprado un celular último modelo con todas las cosas que tienen para que haga sus tareas en internet”

“le compro todo lo que quiere”

Segundo, se pidió a los padres que hagan una lluvia de ideas sobre una lista de pequeños privilegios que se pueden quitar.

Señalaron:

“le puedo quitar el celular”

“le puedo quitar el derecho a ver televisión”

“no le dejaré ir al fútbol”

Se explicó al grupo que cuando se comienza a usar tareas pequeñas como sanción, los adolescentes probablemente no creerán que es algo serio y no cambiarán su conducta. *“Al principio los padres deben apoyar la pequeña sanción eliminando un privilegio.”*

Asimismo, se les indicó: *“que los pequeños privilegios son cortos y no exigen que el padre o madre se convierta en un policía para hacer cumplir la prohibición, en caso de aplicarse una sanción muy grande por una falta poco importante, podría generar resentimiento; podría llevar a que su hijo haga las cosas que no desea a sus espaldas, podría llevar a que su hijo trate de vengarse, etc.*

TEMA N°3: MANTENIENDO LA CALMA

Proyección de video Cómo, Cuándo y Por qué es importante conservar la calma.

Actividad N°3:

Se pidió al grupo que haga una lluvia de ideas sobre lo que podrían hacer para calmarse para que, las sanciones que apliquen tengan más probabilidades de dar buenos resultados:

“respirar profundamente”

“no hablar con ellos cuando estoy de mal humor o cansado”

“tratar de calmarme pensando que mi hijo no tiene la culpa que no me haya ido bien en el trabajo”

TEMA 4: SANCIONES GRANDES PARA PROBLEMAS GRANDES

Actividad N° 4: En esta actividad se solicitó a los padres que piensen en la época en que tenían de 12 a 15 años de edad y recuerden una elección equivocada o un error que tal vez cometieron ¿Hubo alguna consecuencia? ¿Qué aprendieron?

Señalaron:

“le mentí a mi papá cuando el dije que había perdido la plata que me dio para comprar útiles”

“le contesté a mi mamá”

“no vine a la escuela”

“cuando se enteraron mis papás me pegaron”

“cuando se enteró mi papa me quito mi recreo por un mes”

“que no hay que mentir porque nos irá mal...habrá consecuencias”

Luego los padres hicieron una lista de faltas más graves que podrían cometer sus hijos.

Ejemplos:

Ir a alguna parte a la que no se le permite ir, llegar a casa muy tarde

Indicaron:

“escaparse de la escuela”

“pelearse con sus compañeros”

“mentirme”

“pegar a sus hermanos”

Posteriormente el grupo realizó una lluvia de ideas sobre tareas más grandes que se pueden asignar y privilegios más importantes que se pueden suprimir para sancionar las faltas más graves.

A lo que comentaron:

“no solo lavar los platos también tendría que cocinar y lavar ropa”

“no le dejaría salir con sus compañeras durante uno o dos meses”

Antes de concluir con la sesión se les indicó a los padres que siempre deben tomar conciencia que una falta grave implica una sanción más grande, pero cuando se aplica la misma se debe tener en cuenta que se la pueda cumplir, sino no surtirá el efecto que se busca con esta sanción.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

Se indicó los puntos más importantes sobre lo aprendido durante esta sesión:

- Ninguna forma de castigo es admisible (golpear, insultar, privar de los requerimientos básicos), que elimine todas las formas de disciplina que provoquen daño físico o emocional.
- Las sanciones deben aplicarse a comportamientos indebidos sin perder el control, sin gritar, criticar o culpar, manteniéndose serenos para evitar una lucha de poder.

- Se establece una sanción, quitando un privilegio o dando una tarea, de acuerdo al tamaño de la falta.
- Las sanciones son contra los comportamientos no contra los hijos.

Antes de despedirse, se asignó la tarea:

Asignar una tarea o sanción pequeña en casa para castigar una falta.

Por último se repitió el lema en conjunto: *“Con Amor y Límites seremos una familia mejor”*

OBSERVACIONES: Todas las actividades se realizaron de acuerdo al manual; sin embargo, se observó que la actividad que causó mayor participación fue la actividad N° 4, asimismo, a pesar de que existen actividades opcionales no se las pudo realizar por el tiempo, así que solo se realizó aquellas que señalan expresamente el manual. Se continuó estimulando la participación, y se adecuó el lenguaje de acuerdo a la población (San Andrés y Piedra Larga).

SESIÓN N° 5: ESTABLECER VÍNCULOS

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

1. Comprender el valor de saber escuchar
2. Aprender a prestar atención a los sentimientos
3. Comprender el origen de la mala conducta

MATERIALES:

Tarjetas de identificación, Lista de asistencia de los padres, Televisión, DVD, Video sesión 5, Papelógrafos y Marcadores, Muestra del escudo protector de la familia, Cartel del lema de los padres/madres o tutores

TIEMPO: 90 Minutos

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida

2. Repaso de las prácticas del hogar (tarea)

- ¿Qué muestras de conducta inadecuada notó en su hijo o hija esta semana?
- ¿Qué clase de consecuencia o sanción aplicó?

Algunos padres respondieron:

“ninguna, se portó bien”

“no hizo la tarea le castigue quitándole el celular por dos días, casi se muere”

3. DESARROLLO DE LOS TEMAS:

TEMA 1: ADULTOS QUE SE OLVIDAN DE ESCUCHAR

Actividad N° 1: Después de lo observado en el video se hizo las siguientes preguntas de manera aleatoria y luego analizó las respuestas con el grupo:

- La persona con problemas, ¿se sintió escuchada y apoyada?
- ¿Cómo puede esto afectar su comunicación en el futuro?

Los padres respondieron:

“me dio pena licenciada porque su mamá no le escuchó y ella se quedó muy triste”

“no en ningún momento se sintió apoyada”

“yo creo que nunca más le preguntará algo”

“ya no confiará en ella”

“Tal vez le oculte cosas importantes”

Se reforzó estas participaciones con sus mismas intervenciones, indicándoles que *es importante escuchar a los hijos, estar pendientes de los que les pasa, lo que les preocupa, solo así podremos ganarnos su confianza.*

TEMA 2: SABER ESCUCHAR CON EMPATÍA

Actividad N° 2: Se les realizó las siguientes preguntas y analizará las respuestas con el grupo:

¿Escucharon los padres las preocupaciones de sus hijos/as?

¿Por qué creen que los padres reaccionaron de esa manera?

¿Cree usted que esos adolescentes acudirán a sus padres cuando tengan un problema?

Los padres señalaron:

“no en ningún momento les escucharon ni siquiera les dejaron hablar o que termine de contarle los que les había pasado”

“Antes que acaben de contarles ya los juzgaron”

“no creo que vuelvan a confiar en ellos”

“ya no les contarán nada”

“el chico le estaba contando que su amigo era un ladrón y ella ya pensó que su hijo también lo era”

Se recalcó que es realmente importante que los hijos se sientan cómodos acercándose a sus padres para confiarles sus problemas y hacer preguntas, pero *“a veces*

quedamos tan preocupados por lo que nos están diciendo que acabamos interrogándoles y pidiéndoles todo tipo de detalles”.

TEMA N° 3: PRESTAR ATENCIÓN A LOS SENTIMIENTOS

Actividad N°3: El facilitador leyó algunas afirmaciones características de los adolescentes y los padres identificaron los sentimientos, y de acuerdo a esto responderán “Parece que estás...”o “Suena como si te sintieras...” “Debes sentirte...”

Situación 1

María comienza a conversar con usted mientras la lleva a la iglesia. Dice: “Julia hará una fiesta el sábado en la noche y no creo que me invite. Ya invitó a Jennifer y Claudia; realmente quiero ir pero no creo que yo le agrade”.

Los padres dijeron:

“debes sentirte triste”

“debes sentirte preocupada”

Situación 2

Felipe está por ir a su primer día en una escuela nueva. Dice: “Me pregunto cómo será. Sin duda es mucho más grande que mi escuela anterior. Espero que me toque estar con Marcos en algunas clases”.

Los padres indicaron:

“Debes sentirte ansioso”

“pareces preocupado”

Situación 3

Maritza regresa a casa desde la escuela y da un portazo. Corre a su habitación y cuando usted le pregunta qué pasó ella dice: “La maestra me gritó delante de todos. Yo solo estaba conversando con Carmen acerca de la noche del viernes. ¡No era nada importante, pero me hizo quedar después de clases!

Los padres señalaron:

“Debes sentirte enojada”

“debes sentirte frustrada”

Se reforzó estas intervenciones señalando la importancia de halagar a los hijos, reconocer sus sentimientos, apoyarlos ya que todos los adolescentes se encuentran en un proceso de desarrollo tanto físico como psicológico y es importante reafirmar su identidad, reforzar su autoestima para hacer de ellos personas de bien.

TEMA 4: ¿QUIERE SER IGUAL A SUS PADRES O DISTINTO A ELLOS?

Proyección de video

Actividad N°4: Se formó grupos pequeños de 3 o 4 padres y se les pidió que recuerden alguna vez que tuvieron problemas cuando tenían más o menos la misma edad que tienen ahora sus hijos.

Luego se les hizo las siguientes preguntas:

¿Quiere ser igual o diferente a sus padres?

¿Cómo actuaban sus padres?

¿Qué efecto tuvo en ustedes la actitud de sus padres?

Respuestas de los padres:

“Por una parte me gustaría ser como mi padres porque él me enseñó todo lo que sé todo lo que soy pero también en algunas cosas trato de no ser como él, porque yo quiero que mis hijos me respeten y no que me tengan miedo”

“Ellos fueron muy estrictos, si hacía algo malo me pegaban feo”

“no podía contestar porque si no me castigaban”

Se reforzó esta actividad indicándoles que como padres *“para transmitir un mensaje a nuestros hijos y que ellos realmente nos escuchen podemos contarles como experimentamos nuestra adolescencia y pubertad. Es importante no olvidar que cuando usted tenía la edad de su hijo también pasó por estas experiencias”*.

TEMA 5: ADOLESCENTES QUE SATISFACEN SUS NECESIDADES DE MANERA NEGATIVA.- Proyección de video

Actividad N°5: Se leyó a los padres la descripción de situaciones relacionadas con ciertas necesidades (MRF). Después de la lectura de cada situación, se pidió a los padres que identifiquen qué necesidades podrían estar tratando de satisfacer. Por ejemplo:

Situación 1

Algunos adolescentes problemáticos de la escuela han estado prestando atención a Rubén y les gustaría que se convirtiera en miembro de su pandilla.

“Las necesidades que podrían estar tratando de satisfacer son...”

Situación 2

El papá le pide a Luis que ayude a lavar los platos y Luis dice: “Estoy muy ocupado”.

El padre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”

Optativo: Los padres voluntarios respondieron las siguientes preguntas:

¿De qué otras maneras negativas tratan los adolescentes de satisfacer sus necesidades? Por ejemplo: Poder, Independencia, Diversión, Pertenencia.

Los padres indicaron:

“saliendo con sus amigos a pasear”

“cuando quieren hacer su voluntad...no obedecen las reglas”

“quieren vestirse igual que sus amigos”

Se reforzó la actividad indicándoles que todo lo que hacen los hijos es un intento de satisfacer una necesidad interna, todos necesitan algún placer o diversión, y esto es cierto también para los padres, la independencia es una de las necesidades más difíciles de aceptar para los padres, pero que es necesario que los hijos aprendan gradualmente a pensar y tomar algunas decisiones por sí solos.

TEMA 6: ANÁLISIS DE MANERAS POSITIVAS DE SATISFACER LAS NECESIDADES

Proyección de video

Actividad N°6:

Se promovió la discusión con los padres a través de la siguiente interrogante:

¿En qué forma pueden los padres/madres ayudar a sus hijos/as a tener poder e independencia de manera positiva?

Ejemplos:

- Elegir su propia ropa y peinado
- Ayudar a resolver los problemas.

Los padres indicaron:

“ser responsables con su limpieza e higiene personal”

“colaborar a sus hermanos en sus tareas”

“cuidar la casa cuando salgo a trabajar”

Se reforzó la actividad explicándoles a los padres que deben comprender las necesidades que su hijo está tratando de satisfacer no significa que todo está permitido. Todavía tenemos reglas que cumplir y sanciones como consecuencia de su incumplimiento. Sin embargo, el hecho de comprender las necesidades de los adolescentes podría ayudarle a poner las cosas en perspectiva. Muchas veces puede pensar que su hijo está haciendo algo simplemente para molestarlo, cuando en realidad ellos pueden estar tratando de satisfacer alguna de sus necesidades profundas de libertad e independencia. Pero incluso puede ser que él o ella apenas esté tratando de pertenecer al grupo, de ser como los otros adolescentes, que lo haga para divertirse, para tener una sensación de poder sobre su propia vida o para disfrutar de su ansiada independencia.

TEMA 7: CONVERSACIÓN DE LOS PADRES CON SUS HIJOS ADOLESCENTES

Proyección de video

Actividad N° 7: Se promovió la discusión entre los padres sobre:

- ¿Funcionó la táctica de forzar al hijo para que hablara?
- ¿Qué otra cosa pudo hacer el padre/madre o tutor en vez de forzar el diálogo?

Ejemplos de respuestas:

- Decir al hijo/a que su padre estaría allí para hablar más tarde si lo desea.

- Dejar de presionarlo después de que el adolescente dice o muestra que no quiere hablar.

Señalaron lo siguiente:

“no no... le funciona a esa mamá porque no obtuvo ninguna respuesta de su hijo”

“Tal vez debería esperar que él quiera contarle...pero uno como mamá se desespera y quiere sabe en ese momento”

Posteriormente se solicitó al grupo que realice una lluvia de ideas sobre algunos momentos adecuados para hablar con sus hijos/as.

Ejemplos: Hacer una tarea doméstica juntos durante los anuncios de televisión, cuando van en el auto a alguna parte.

Los padres señalaron:

“cuando están comiendo todos”

“Antes de ir a dormir”

“en los momentos libres”

Se reforzó la sesión indicando a los padres que no es bueno tratar de obligar a su hijo a compartir o pasar el tiempo con usted cuando no lo desea, eso no va a funcionar. Así que usted debe satisfacer su necesidad de pertenencia juntándose con otros adultos en la medida en que sus hijos se hagan más independientes. *“El tratar de conseguir que nuestros hijos conversen con nosotros cuando no lo desean tendrá un efecto contraproducente y los alejará aún más”.*

3. CIERRE DE LA SESIÓN

Para cerrar la sesión se hizo un resumen de los puntos más importantes aprendidos en esta sesión:

- Escuchar las emociones y sentimientos de los hijos colocándose en su lugar, sin precipitarse, dejándolos hablar.
- Respetar el punto de vista de sus hijos, transmitiéndoles que los entienden.
- Comprender las necesidades de los adolescentes sin dejar las reglas que tienen que cumplir y sanciones de las consecuencias de su incumplimiento,
- Cualquier momento es bueno para hablar con sus hijos si ellos así lo desean.

Antes de despedirse, se pidió a los padres que para la próxima sesión deberán realizar la siguiente tarea: *Encontrar algún momento en la semana para escuchar a sus hijos y tratar de adivinar lo que estos pueden estar sintiendo.*

Por último se les pidió repetir el lema del programa: *“Con Amor y Límites seremos una familia mejor”*

OBSERVACIONES: Se realizaron las actividades de acuerdo al manual; sin embargo, se notó poca participación de los padres, por lo que se estuvo estimulando a través de felicitaciones y aplausos sus intervenciones. En la actividad N° 6, se realizó la actividad optativa y no la principal debido a que no entendían la consigna y tampoco nadie participó, a pesar de que se utilizó un lenguaje sencillo, no se la pudo realizar, por lo que se optó por la opcional (maneras negativas de los adolescentes de satisfacer sus necesidades), y con esta hubo mayor participación.

SESIÓN N° 6: PROTECCIÓN PARA EVITAR LAS CONDUCTAS DE RIESGO

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

- Proteger a sus hijos contra el consumo de tabaco y drogas, el abuso de alcohol y la desinformación acerca de las conductas de riesgo.
- Aprender a supervisar a sus hijos

MATERIALES:

Tarjetas de identificación, Lista de asistencia de los padres, Televisión y DVD, Video de la sesión 6, Papelógrafos y marcadores, Hoja de trabajos, Lápices.

TIEMPO: 90 Minutos

PROCEDIMIENTO:

1. BIENVENIDA

2. REPASO DE LAS PRÁCTICAS DEL HOGAR (TAREA)

A modo de revisar el cumplimiento de la tarea anterior sesión, se realizaron las siguientes preguntas:

¿Se presentaron situaciones en las que pudo prestar atención a los sentimientos de su hijo?

¿Qué aspectos de la relación con su hijo están funcionando?

Estas fueron algunas de las respuestas que dieron los padres asistentes:

“Sí... me di cuenta que mi hijo se enoja cuando no le presto atención a algo que me pregunta”

“Creo que estoy logrando ganarme su confianza”

“Respiro antes de llamarle la atención cuando se porta mal, trato de practicar la afirmación que Ud. nos enseñó...”

Todas las intervenciones, fueron aplaudidas y se les motivo a que sigan creando nuevos vínculos afectivos con sus hijos y se les invitó a ver el siguiente video donde las escenas muestran las diferentes perspectivas en relación a diferentes conductas de riesgo en las que sus hijos podrían caer.

3. DESARROLLO DE LOS TEMAS:

TEMA 1: DIFERENTES PERSPECTIVAS EN RELACIÓN A LAS CONDUCTAS DE RIESGO

Proyección de video

ACTIVIDAD: (DINÁMICA DE ANÁLISIS Y REFLEXIÓN)

Se explicó al grupo que se va a trazar una línea imaginaria en el piso con dos extremos, un extremo representa a los padres que creen en la abstinencia total de la conducta que se señaló (de la lista de conductas) y en el otro extremo corresponde a los padres que piensan que no debe haber ningún control sobre esa misma conducta de sus hijos.

Lista de conductas:

- El Consumo de alcohol
- El consumo de tabaco
- El consumo de drogas, por ejemplo marihuana
- La actividad sexual responsable con uso de preservativos.

Luego se reunió a los padres y se les pidió que por cada conducta que se les leyó, ellos deberían analizar dónde se ubicarían en el continuo de la línea. El facilitador leyó la primera conducta de la lista de conductas: **El consumo de alcohol.**

Después de un minuto, se solicitó a los padres que ocupen la posición en la línea que representa sus creencias acerca de la conducta de sus hijos adolescentes. Se repitió el ejercicio con cada conducta.

Después se pidió a los padres que expliquen por qué se ubicaron donde lo hicieron en la línea.

Estas fueron algunas de sus respuestas:

“Porque en mi casa nadie bebe alcohol y no estoy de acuerdo que mi hijo lo haga”

“Considero que primero como padre debo explicarle lo malo de consumir cualquier tipo de droga, como le podría afectar y arruinar todos sus sueños”

Posterior a esto se les pregunto lo siguiente:

- ¿A qué edad consideran que los adolescentes son lo suficientemente maduros para tener las conductas mencionadas (por ejemplo, consumir alcohol, tener relaciones sexuales)?
- ¿Es igual para sus hijas e hijos? Si la respuesta es no, ¿Por qué?

Algunas de sus respuestas:

“Una vez que cumplan la mayoría de edad el podrá decidir lo que es mejor para él...pero considero importante que antes de eso debo explicarle lo malo que le podría acarrear”

“Por mí ojalá nunca pruebe el alcohol ni ninguna otra droga. Pero sé que pronto crecerá y tal vez vaya a alguna fiesta y ahí le pueden ofrecer, por eso es importante que ya lo vaya preparando para que él sepa decir que NO”

“No, no es lo mismo para las niñas porque ellas son más frágiles y como padre de una niña creo que la mujer no debe tomar porque se ve feo...además los hombres se podrían aprovechar de ella”

Posterior a esto se les explicó a los padres la importancia de dialogar con los adolescentes para brindarles información sobre los cambios en la pubertad y las formas de protegerse de las conductas de riesgo; tanto hombres como mujeres deben saber lo básico sobre el desarrollo físico de ambos sexos, como la menstruación la

erección, para establecer situaciones de madurez y respeto, con la finalidad de lograr que ellos sepan ejercer una sexualidad sana, informada y libre de temor.

TEMA N°2: PELIGROS CON EL CONSUMO DE TABACO Y DROGAS, EL ABUSO DEL ALCOHOL Y LA DESINFORMACIÓN ACERCA DE LAS CONDUCTAS SEXUALES DE RIESGO.

Proyección de video

Actividad N° 2: (dinámica de análisis y reflexión)

Se les pidió a los padres que enumeren las cosas que podrían ser graves problemas para sus hijos si beben, si usan drogas, o si no tienen información sobre las conductas sexuales de riesgo.

Estas fueron algunas de sus respuestas:

“Abandono de los estudios y menores oportunidades de alcanzar sus metas y sueños”.

“Sexo no deseado, embarazo en la adolescencia y contagio de alguna enfermedad de transmisión sexual o VIH/SIDA”.

“Pueden caer en la delincuencia y actividades antisociales como participación en pandillas, juntarse con malas influencias, etc.

“Podrían caer en diferentes adicciones como ser las drogas y otras conductas adictivas”.

Posterior a esto se les invitó a ver el siguiente video para ahondar más en el tema que ejemplifique estas situaciones.

TEMA 3: CARTA A SU HIJO

Actividad N°3: “Describiendo mi amor por ti”

Primero se les explicó que ellos deberían escribir una carta a sus hijos (as) con el objetivo de tener la oportunidad de decir lo mucho que lo quieren y lo que esperan de ellos. Se les mostró el modelo de la carta en grande, y se la colocó en la pizarra para que sea más visible para ellos. También se les explicó que la carta consta de 7 secciones y que hay espacios en blanco en la carta que completarán y en la sesión familiar se la leerán a sus hijos.

Se les entregó una copia de esta carta con espacios en blanco que ellos debían llenar, y también para aquellos que la querían redactar de distinta manera se les entregó hojas en blanco. Se les recordó que debe contener los 7 pasos exigidos en la original, para lo cual se les explicó sección por sección.

OBSERVACIONES: Se pudo notar que a muchos padres les costaba escribirles cosas bonitas a sus hijos...no porque no las sintieran sino por el hecho que no es un hábito realizar estos actos. Hubo padres que redactaron una nueva carta con palabras muy hermosas producto de su amor por su niño (a). Fue muy grata esta actividad para todos. También es importante hacer notar que a la mayoría de los padres les resultó más fácil realizar una carta propia a sus hijos.

3.- CIERRE DE SESIÓN

En esta parte se realizó un resumen ahondando en los puntos más importantes aprendidos en esta sesión:

- *Tener claridad sobre lo que es aceptable para sus hijos, poner límites necesarios, con amor y consideración, para protegerlos.*

- *El abuso del alcohol y drogas pone a los jóvenes en riesgo de todo tipo de comportamiento peligroso durante la adolescencia, como las relaciones en edad precoz y sin protección.*
- *Hablar con sus hijos, saber dónde están, qué están haciendo y quiénes son sus amigos.*

Antes de despedirse, se les pidió a los padres que para la próxima sesión deberán realizar la siguiente tarea:

- Deberán practicar las preguntas y usarlas ¿Con quién estarás? ¿Qué harán? ¿Dónde estarán? ¿Cuándo regresarás?

Posteriormente y como ya es de costumbre se les pidió que repitieran el lema de los padres: “Con Amor y Límites seremos una familia mejor”

SESIÓN 7: CONEXIONES CON LA COMUNIDAD

OBJETIVOS: Ayudar a los padres a:

1. Aprender a apoyar el interés de sus hijos por la escuela
2. Aprender las maneras de abogar por los jóvenes en la comunidad
3. Comprenderán el valor de buscar ayuda.

MATERIALES: Tarjetas de identificación, Video de la sesión 7. Televisor, DVD, Paleógrafos y marcadores, Cartel con el lema de padres.

TIEMPO: 120 minutos

PROCEDIMIENTO:

1. Bienvenida
2. Repaso de las prácticas en el hogar (tarea)

Antes de empezar la sesión 7 se revisó el cumplimiento de la tarea dada en la anterior sesión a través de las siguientes preguntas:

¿Tuvo la oportunidad de preguntarle a su hijo ¿Con quién?, ¿A qué?, ¿Dónde?, ¿Cuándo?

¿Tuvo la oportunidad de dialogar con su hijo sobre las expectativas de ambos con respecto al consumo de alcohol, tabaco, drogas y sexualidad?

“Sí...un día mi hijo me pidió que si podía salir a jugar al frente de mi casa porque ahí hay una placita...y yo aproveche para preguntarle todo eso...con quién, y hasta qué hora...”

“Solo le expliqué que consumir alcohol es malo para la salud y que cuando sea grande y alguien le ofrezca me debe contar para que yo lo guíe”

“De sexualidad todavía me cuesta es que lo veo a mi hija muy pequeña y no puedo pero seguiré tratando de hacerlo”

Después de esto se les invitó a ver el siguiente video en el cual verían la importancia de fomentar ciertas conductas.

3. DESARROLLO DE LOS TEMAS:

Tema 1: ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ESCUELA?

Proyección de video

Actividad N°1: (DINÁMICA DE ANÁLISIS Y REFLEXIÓN)

Se preguntó, a los padres lo siguiente (en relación con el video proyectado):

¿Qué razones dieron los padres en el video para explicar por qué la escuela es importante?

Algunas de las respuestas fueron:

“Seguir en la escuela puede ayudarles a conseguir un mejor trabajo”.

“Pueden ganar más dinero”.

“Los ayudará a mantenerse lejos de problemas”.

“Los ayudará a cumplir sus sueños”.

Por último se les preguntó:

¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos a seguir interesados en la escuela? Mostrar interés en sus tareas escolares.

“Visitar la escuela y al profesor para preguntarle sobre el desenvolvimiento de mi hijo en la escuela”.

“Motivar a los adolescentes a que sigan estudiando”.

“Interesarme más por sus cosas preguntarle en qué lo puedo ayudar”

TEMA 2: HACER QUE NUESTRA COMUNIDAD SEA SEGURA PARA NUESTROS HIJOS

Proyección de video

Actividad N° 2:

Se pidió al grupo que mencione los problemas existentes en su comunidad que podrían afectar a las/os adolescentes. Después se les indicó que elijan uno de los problemas o situaciones que se podrían resolver con su apoyo para lograr un cambio en su comunidad.

Algunas de sus respuestas fueron:

“Alcoholismo”

“Drogas”

“Delincuencia”

“Tiendas clandestinas que venden alcohol a menores de edad”

“Para solucionar el problema del alcohol se debe buscar a las autoridades para que hagan un mejor control en estas tiendas y solicitar una nueva ubicación para estos bares clandestinos que hacen mucho daño a nuestro barrio”

TEMA 3: ¿DÓNDE CONSEGUIR AYUDA?

Proyección de video

ACTIVIDAD: (DINÁMICA DE ANÁLISIS Y REFLEXIÓN)

Se trabajó con el grupo preguntándoles:

¿Saben dónde conseguir ayuda?

¿Por qué a la gente no le gusta pedir ayuda?

¿Dónde se puede obtener ayuda?

Algunas de las respuestas:

“Sí debo ir a la alcaldía, FELCC, FELCV, INTRAID”

“Por vergüenza...porque a veces no queremos que la gente se entere de mis problemas”

“Porque no hay confianza en las autoridades”

Se reforzó indicando otras instituciones para solicitar ayuda como ser: Defensoría, SLIM, Defensor del pueblo, Fiscalía, FELCC, FELCV, etc.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de resumen y como cierre de la sesión se hizo hincapié en los puntos más importantes:

- *Los estudios abren oportunidades de progreso a los jóvenes, los padres deben ayudar a sus hijos a mantener el interés en la escuela.*
- *Construir redes de apoyo para crear mejores oportunidades locales para los adolescentes en el cuidado de la salud, opciones de recreación, apoyo escolar, entre otros aspectos.*
- *Una familia fuerte es la que tiene el coraje de pedir ayuda y unirse a otros para salir adelante.*

Antes de repetir el lema de los padres, se agradeció lo valioso de la participación de cada uno de ellos durante el desarrollo del programa, resaltando que adopten las medidas que acordaron para abordar los diferentes temas tratados durante el programa.

En esta parte hubo algunas intervenciones de los padres asistentes:

“Primeramente agradecerle por enseñarnos todo lo que vimos en todas las sesiones, muchas gracia, s estuvo muy interesante y aprendí mucho...ojala se repitan estos cursos en otros establecimientos porque son muy importantes y necesarios...Gracias a Ud. por todo lo que nos enseñó”

“Gracias porque cuando me citaron para que venga a estos cursos me molesté primero porque me dije a mi mismo trabajo todo el día y encima debo ir a este curso...pero cuando vine y Ud. nos habló tan bonito sobre el amor, la comunicación que debe haber con mis hijos, que mi hijo no recordará tanto un regalo material como recordara el abrazo, el beso, un te amo que le diga y esto le ayudará a que él recurra a mí, ante cualquier problema...cambié mi opinión y esperaba con ansias

que llegue el día que nos tocaba venir al curso...muchas gracias de verdad... Pondré en práctica todo lo que me enseñó el curso”

Ya para terminar y pasar a la sesión de la familia, se le agradeció por su participación, ya que sin su presencia el programa no podría haberse realizado; y por último, se les pidió que repitieran el lema por última vez: *“Con amor y límites seremos una mejor familia”*.

4. APLICACIÓN DEL POS TEST

Se entregó a los padres las encuestas del pos test, y se les indico: *“Por favor llenar con la mayor sinceridad posible, para conocer si el programa tuvo los resultados esperados”*.

MÓDULO II DIRIGIDO A LA FAMILIA

SESIÓN N° 1: APOYAR LAS METAS Y SUEÑOS

OBJETIVOS: Ayudar a las familias a:

1. Establecer relaciones positivas
2. Apoyar los objetivos y sueños de los adolescentes

MATERIALES: Tarjetas con instrucciones para el juego del nudo (una para cada grupo), Tarjetas de preguntas para el mapa del tesoro de padres preguntan, Cinta adhesiva para sujetar los carteles, Tarjetas de “cuando tenías mi edad”, Metas y los sueños (de la sesión de adolescentes 1), Hojas de papel en blanco de cualquier tamaño y lápices, Rotafolio y marcadores, Cartel con la frase del círculo de cierre hecho por el facilitador (véase el modelo), Cartel del lema de las/os adolescentes hecho por el facilitador, Cartel del lema de los padres/madres o tutores hecho por el facilitador), Cartel del lema de la familia hecho por el facilitador.

TIEMPO: 100 MINUTOS

PROCEDIMIENTO:

1. ORIENTACIONES:

Se dio la bienvenida y se explicó brevemente sobre qué tratará cada sesión.

2. DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Actividad N°1: Juego en familia

- Se explicó en qué consistirá esta actividad
- Se distribuyó a cada grupo una tarjeta con las instrucciones para el juego del nudo.
- Se pidió a un adulto de cada grupo que lea las instrucciones

Una vez terminado el juego se pidió algunas opiniones respecto a cómo se sintieron en este juego y qué aprendieron.

Algunas familias indicaron:

“fue muy divertido, me gustó mucho”

“me gustó ganar este juego, todos ayudamos para que mi grupo gane”

“aprendimos que cuando nos unimos podemos hallar la solución a cualquier problema”

Se reforzó la actividad indicando que el propósito de esta actividad era precisamente *que se den cuenta que como familia cuando están unidos podrán afrontar cualquier problema y entre todos encontrarán una solución.*

ACTIVIDAD N° 2: PADRES IDENTIFICAN Y ANALIZAN EL MAPA DEL TESORO DE SUS HIJOS:

Se explicó a los padres que sus hijos han realizado sus mapas del tesoro, que grafican sus sueños y metas. Luego se les pidió a los padres o tutores que miren los mapas del tesoro y traten de identificar qué mapa pertenece a su hijo.

También se pidió a los adolescentes que guíen a sus padres con el juego: “Caliente, tibio o frío.

Una vez identificado el mapa de su hijo, se le entregó una tarjeta con preguntas al hijo para que las haga al padre y otra tarjeta al padre para que las haga a su hijo.

Posteriormente el facilitador reunió a todas las familias y preguntó a los padres:

¿Qué averiguaron acerca de los objetivos de su hijo?

Los padres señalaron:

“mi hijo me dijo que quería crear una banda, quiere ser músico...quiere una familia como la que tiene pero que sea más unida...”

“mi hija me dijo que quiere ser veterinaria...le gusta la familia que tiene pero quisiera que salgamos más juntos o sea que compartamos más...”

También se les preguntó a los adolescentes: ¿Qué averiguaron acerca de sus padres?

“mi papi me conto que cuando tenía mi edad no le gustaba hacer tareas...tenía mucho miedo...él cuando era pequeño quería ser doctor...”

“mi mamá me dijo que ella era muy traviesa cuando tenía mi edad...se sentía triste cuando su mamá la retaba...y cuando era pequeña ella quería ser profesora”

Esta actividad fue reforzada indicando a los papás que muchas veces no entienden el comportamiento de su hijo cuando “se porta mal”; sin embargo, se olvidaron que

cuando tenían la edad que hoy tienen sus hijos ellos también cometían errores, o se portaban mal.

OBESRVACIONES: El manual indica que los padres deben colocarse en círculo para realizar esta actividad y se debe pedir voluntarios para comenzarla, pero para abordar con mayor éxito esta actividad se optó por hacer que participen todos los papás e incluso se solicitó que una vez que participaran en parejas (padre- hijo) todos los demás aplaudían para estimular esta participación.

ACTIVIDAD N° 3: PASOS PARA ALCANZAR LAS METAS

Se pidió a las familias que continúen juntas para la siguiente actividad:

Cada adolescente eligió un objetivo o sueño de su mapa del tesoro, cada familia debe realizar una lluvia de ideas sobre los pasos que el joven podría seguir para alcanzar esa meta y formas en las cuales los padres pueden apoyar. Las familias escribieron las ideas en un papel si es que avanzaban rápido se les pidió que repitan el procedimiento con otra meta una vez que terminaron estas fueron sus ideas:

“mi hija me dijo que quiere ser veterinaria...entonces yo le dije que le voy a apoyar pero ella debe esforzarse mucho para poder realizar este sueño, primero tiene que estudiar terminar la escuela y después se ira a la universidad para cumplir su sueño, por eso ella debe estudiar mucho, no faltar a clases, hacer sus tareas, solo así podrá llegar a la universidad”

“mi hijo quiere ser arquitecto...porque él dice que le gustan mucho los dibujos y yo también veo que él dibuja bonito y yo también le apoyaré a mi hijo para que sea un arquitecto...tiene que esforzarse mucho y lo podrá hacer”

OBSERVACIONES: A pesar de que se les indicó que una vez que terminaran con una meta podían hacer otra, solo realizaron una meta, pero fue muy productiva ya que padres e hijos compartieron sus ideas.

ACTIVIDAD N° 4: ¿EN QUÉ MEDIDA NOS CONOCEMOS?

Se pidió a los padres y adolescentes que: *Formen un equipo de padres y otro equipo de adolescentes. Se pidió al equipo dos (padres) que salga de la habitación, y se pidió a los adolescentes que contesten las siguientes preguntas pero de manera escrita en una hoja que se les dio a cada uno.*

- ¿Cuál es la habilidad de mi padre de la que él o ella está más orgulloso?
- ¿Cuál es la tarea doméstica que más le desagrada a mi padre?
- ¿Cuál es la actividad favorita de mi padre durante el fin de semana?

Contestaron:

“de ser abogado...lavar los platos...salir con sus amigos”

“cocinar rico...lavar ropa...ver televisión”

“ser comerciante...limpiar...dormir”

Luego pidió a los padres que entren de nuevo y se les hizo a cada uno las mismas preguntas que se hizo al adolescente a su cargo y se pidió al equipo de adolescentes que salgan de la habitación y hagan a cada padre, las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es la habilidad de mi hijo de la que él o ella están más orgullosos?
- ¿Cuál es la tarea doméstica que más le desagrada a mi hijo?
- ¿Cuál es la asignatura favorita de mi hijo en la escuela?

Contestaron:

“jugar fútbol...lavar los platos...lenguaje”

“jugar play station...limpiar su cuarto...psicología”

“jugar básquet...lavar los platos...sociales, creo”

Por último, se enfrentaron al padre y al hijo para preguntar si lo que mencionaron es correcto o no.

Respuestas:

“sí estoy orgulloso de ser abogado...pero me gusta ayudar en casa a mi esposa...además de salir con mis amigos también me gusta quedarme en casa para ver televisión”

“sí me gusta jugar al fútbol...no me gusta lavar los platos odio cuando mi mama me dice que lo haga y sí me gusta mucho la materia de lenguaje porque es más fácil”

OBSERVACIONES: La actividad se la desarrolló con mucho éxito porque hubo participación; sin embargo, se pudo evidenciar que no hay mucha comunicación entre padres e hijos ya que muchos erraron en la prueba, por desconocimiento de ambas partes, por lo que se reforzó esta actividad incentivando a los padres a que hablen más con sus hijos, les pregunten qué cosas les gusta, etc.

3. CIERRE DE LA SESIÓN.- Al momento de cerrar la sesión se pidió a las familias que se reúnan y tomen asiento. Posteriormente se reforzó los aspectos más importantes acerca de las diferentes actividades realizadas en esta sesión:

- El tema central de la sesión son los sueños y metas de los hijos a través de los mapas del tesoro elaborados por los adolescentes,
- Los padres pudieron aplicar lo aprendido en su sesión, mostrando actitud de valoración a los sueños de sus hijos, haciéndoles saber que cuentan con su apoyo.
- Por su parte, los adolescentes pudieron mostrar su sueño, que sus padres conozcan que ellos también tiene expectativas para su futuro.

Por último, se mostró los carteles con los lemas, uno a la vez, y se pidió a cada grupo que diga el lema que le corresponde.

LEMA DE LOS ADOLESCENTES: “Somos el futuro, de nosotros depende”

LEMA DE LOS PADRES: “Con amor y límites seremos una familia mejor”

LEMA DE LAS FAMILIAS: “Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos”

SESION N° 2: PROMOVER LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

OBJETIVOS: Ayudar a las familias a

1. Desarrollar la capacidad de escuchar
2. Resolver los problemas juntos

MATERIALES: Rotafolio y marcador, Tarjetas del juego de escuchar (1 conjunto de tarjetas, 12 tarjetas), Tarjetas del juego de solución conjunta de problemas (4 tarjetas por familia), Cartel de la frase de cierre del círculo (véase el modelo), Cartel del lema de los jóvenes, Cartel del lema de los padres, Cartel del lema de la familia.

PROCEDIMIENTO:

ACTIVIDAD N°1: UN JUEGO ¿QUÉ?

Se solicitó a los padres e hijos que se coloquen de pie en círculo, que el juego consiste en poner dos mensajes en diferentes direcciones. Luego se explicó a cada uno en qué consistiría: *“Un padre empezará diciendo ¿Te puedo dar un abrazo? Y el niño responde ¿Un qué? Y el padre le replica un abrazo, y el hijo le dice ¿Y cómo es eso? Entonces el padre debe abrazarlo. Al mismo tiempo, por el otro lado, otro padre comienza el mismo juego con la variante de un beso. Así se seguirá sucesivamente con cada participante.”* Se hizo una muestra y luego se continuó con el juego.

Una vez que participaron todos, se les explicó que el objetivo del juego era la demostración de aprecio que hubo entre ambos (padre- hijo), esta demostración de afecto hará que el niño desarrolle su autoestima, por lo que es muy importante practicarla más a menudo.

OBSERVACIONES: La actividad fue muy bien recibida por parte de los asistentes, ya que fue una bonita forma de demostrar afecto a sus hijos. Cabe señalar que se realizó solamente una variante por grupo, por motivo de tiempo y la cantidad de asistentes. También es importante señalar que en las comunidades les costó un poco expresar afecto a sus hijos, en todo momento se incentivó con aplausos a los participantes.

ACTIVIDAD N° 2: JUEGO DE ESCUCHAR

Se formaron parejas de padres con sus hijos adolescentes. Ambos integrantes de la pareja deben intentar escuchar con atención a la otra persona.

Ambos debían sentarse frente a frente y se colocó las tarjetas del juego de escuchar (plegadas por la mitad) en el centro de la mesa para que el lado de “Hablan los adolescentes y escuchan los padres” quede frente a los adolescentes, mientras que el lado “Hablan los padres y escuchan los adolescentes” quede frente a los padres.

Primero, se pidió al primer jugador adolescente que lea la afirmación escrita en la tarjeta que está frente a él. El padre debe resumir luego lo que ha dicho el adolescente y agrega “Pareces...”.

A continuación, el padre de ese adolescente leyó el lado de “Hablan los padres y escuchan los adolescentes. El adolescente resumió lo que el padre dijo y agregó “Pareces...”

Antes de pasar a la siguiente actividad se les indico que la finalidad de esta actividad *era demostrar la buena o mala comunicación que existe entre padres e hijos. Muchas veces los padres creen que escuchan a sus hijos pero pasa todo lo contrario, por eso*

el ejercicio se trataba de demostrar que a veces oímos una cosa pero en realidad nuestros hijos nos están diciendo lo contrario.

OBSERVACIONES: Esta actividad tuvo algunos contratiempos ya que en las comunidades de San Andrés y Piedra Larga, había padres que no sabían leer, así que una de las facilitadoras les leyó la afirmación correspondiente y el padre realizó la actividad.

A pesar de estas contrariedades la actividad cumplió con su objetivo.

Actividad N° 3: Demostración de la solución conjunta de problemas

El facilitador relató al grupo la siguiente historia:

La familia Hernando tiene dificultades cada mañana cuando todos tienen que prepararse para la escuela y el trabajo. Tienen solo un baño y todos quieren usarlo al mismo tiempo.

Luego, se pidió al grupo que describa el punto de vista del padre sobre el problema. A continuación se preguntó al grupo cuál creen ellos sería el punto de vista de la madre sobre el problema. Después se pidió al grupo que analice el punto de vista del adolescente sobre el problema y llegó a un consenso.

Por último, se pidió al grupo que elija una opción que la familia Hernando podría intentar por un tiempo y que señalen un lapso de tiempo que se dejará pasar antes de comprobar si la solución dio buenos resultados.

Algunos participantes señalaron lo siguiente:

“yo creo que deben levantarse más temprano y así todos podrán usar el baño sin perjudicar el uno al otro”

“yo pienso que la mamá debe levantarse más temprano y usar el baño primero porque tiene que hacer muchas cosas; ella debe ser quien tenga preferencia para usar el baño”

“El padre debe tener preferencia de usar el baño ya que él tiene que irse a trabajar, los demás pueden hacerlo más tarde”

“como sugerencia yo creo que deben organizarse y tener un horario para usar el baño, así nadie se verá afectado”

Posterior a estas intervenciones se reforzó la actividad indicando a los asistentes que *la finalidad de la misma era practicar la solución conjunta de problemas. Tanto los padres como los hijos deben trabajar en las soluciones de los problemas.*

Actividad N° 4: Solución conjunta de problemas

En este juego hubo un árbitro (el facilitador). Este llevaba tarjetas (pasos) para llegar a la solución conjunta de problemas. El árbitro les ayudo a seguir las reglas para la solución conjunta de problemas, es quien aprobó cada tarjeta antes de repartir la próxima. El juego continuó hasta que las familias recibieron las cuatro tarjetas, (cada tarjeta involucra un problema al cual debían dar solución entre los miembros de la familia)

Cuando se acabó el tiempo, cada familia presentó el problema en que se trabajó, a las demás familias. Cada familia explicó cuál fue la solución escogida.

Algunas soluciones que dieron los padres fueron:

Paso N° 1 Problema pequeño: *“quién debe lavar los platos a la hora de comer”*

Paso N° 2 Punto de vista: *“la madre porque ella es quien cocinó” “los hijos porque deben ayudar a la madre”*

Paso N° 3 Discutir posibles soluciones: *“el que termine último debe lavar los platos”*

Paso N° 4 Elijan una solución: *“organizarse para que cada miembro de la familia lave los platos un día a la semana, así todos ayudarán”*

Con la finalidad de reforzar la actividad se indicó al grupo que la solución conjunta de problemas es una buena forma de lograr que las familias trabajen juntas cuando surge un problema. Si todos en la familia aportan algo, es más probable que funcione la solución que escoja la familia, por eso es importante que practiquen esta actividad con problemas propios de la familia y también los padres no deben olvidar que los hijos también son parte de la familia por eso se los debe hacer participar en la solución del problema.

OBSERVACIONES: Esta actividad fue muy entretenida porque todos se apuraban a responder con tal de avanzar al siguiente paso, fue muy competitiva; sin embargo, solo 2 o 3 familias se animaron a compartir su respuesta. En algunos grupos solo llegaron al 2° y 3° paso como máximo por el inconveniente de que había padres que no sabían escribir y eso complicaba el trabajo, sin embargo hubo muy buenas participaciones. En otros grupos por el contrario, fue mucho más productivo por el carácter de competencia que había entre las familias.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de síntesis se hizo notar a los asistentes lo aprendido con las actividades de la sesión:

- Se debe promover la comunicación entre padres e hijos, teniendo como punto de partida el reconocimiento de emociones y sentimientos en la otra persona.
- Colocarse en el lugar del otro implica considerar sus perspectivas y ayuda a desarrollar la capacidad para resolver problemas y conflictos.
- Los padres e hijos al desarrollar las habilidades interpersonales de empatía reforzarán su conexión emocional.

Por último, se mostró los carteles con los lemas, uno a la vez, y pidió a cada grupo que diga el lema que le corresponde.

LEMA DE LOS ADOLESCENTES: “Somos el futuro, de nosotros depende”

LEMA DE LOS PADRES: “Con amor y límites seremos una familia mejor”

LEMA DE LAS FAMILIAS: “Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos”

SESION N° 3: APRECIO A LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA

OBJETIVOS: Ayudar a la familia a:

1. Identificar los puntos fuertes
2. Expresar aprecio

MATERIALES: Rotafolio, Muestra del árbol de la familia hecho por el facilitador del grupo de los adolescentes, Cartel con diferentes árboles de familias, Hoja de trabajo “Puntos fuertes de la familia”, Marcadores (1 caja de diferentes colores por familia), Pegamento o lápices adhesivos (uno por familia), Tijeras (una por familia).

PROCEDIMIENTO:

Actividad N° 1: Construyendo el árbol de la familia

Se pidió a las/os adolescentes y padres que se sienten juntos para hacer el árbol de la familia.

Se mostró el cartel de diferentes árboles de familias y un árbol de familia completado y se explicó que las ramas son las/os adolescentes y sus padres y las raíces son los abuelos/as.

Esta actividad fue muy bien recibida por los padres e hijos ya que solo debían dibujar un árbol que les represente como familia.

OBSERVACIONES: Para hacer más interesante esta dinámica, una vez que terminaron de elaborar su árbol, se les pidió que pasen al frente para explicar su dibujo y una vez realizado se pidió al grupo que le regalen un aplauso para estimular la participación de los demás, lo cual obtuvo éxito ya que hubo varios voluntarios.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de síntesis de la sesión se explicó la finalidad de la actividad:

- Estaba dirigida a identificar los aspectos positivos de las familias y estas fueron expresadas en cualidades, fortalezas y valores.
- La actividad se enfoca en las cualidades y características positivas de la familia y cada uno de sus miembros, sin importar la estructura familiar.

Por último se mostró los carteles con los lemas, uno a la vez, y se pidió a cada grupo que diga el lema que le corresponde.

LEMA DE LOS ADOLESCENTES: “Somos el futuro, de nosotros depende”

LEMA DE LOS PADRES: “Con amor y límites seremos una familia mejor”

LEMA DE LAS FAMILIAS: “Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos”

SESIÓN N° 4: EMPLEO DE LAS REUNIONES FAMILIARES

OBJETIVOS: Ayudar a la familia a:

1. Comprender el valor de las reuniones familiares
2. Aprender cómo llevar a cabo una reunión familiar

3. Considerar el uso de un sistema de puntos para otorgar privilegios y recompensas
4. Realizar una actividad para diversión de la familia

MATERIALES: Normas de procedimiento para las reuniones familiares, 12 globos grandes (inflados), 14 Tarjetas grandes con 1 letra cada una, Cartel: Frase para cerrar el círculo.

PROCEDIMIENTO:

ACTIVIDAD N° 1: GLOBOS EN EL AIRE

Se dividió al grupo en 2 subgrupos, cada grupo pequeño formó un círculo, tomados de la mano. Se arrojó un globo a cada grupo y debían mantenerlo en el aire sin soltarse de las manos, luego se les dará las órdenes sobre cómo mantener el globo en el aire; por ejemplo, codos, rodillas, codos, rodillas golpearán el globo para elevarlo en el aire primero con los codos, luego con las rodillas, y así sucesivamente.

El objetivo de esta actividad es mantener los globos en el aire todo momento.

OBSERVACIONES: Viendo lo dificultoso que resultaba el juego para los padres, se les permitió que se soltaran de las manos; esto ayudó a que se terminara la actividad con mayor éxito.

ACTIVIDAD N° 2: REUNIÓN FAMILIAR

El facilitador distribuyó las normas de procedimiento para la reunión familiar a cada familia y explicó que realizarán una breve reunión familiar, empezando con elogios y leyendo luego las normas de procedimiento.

Los facilitadores del grupo se desplazaron para ayudar a las familias a comenzar. Después se les invito ver el video sobre el tema en cuestión.

OBSERVACIONES: Hubo algunos contratiempos ya que la mayoría de los padres no sabían sobre qué temas podría tratarse su reunión, entonces se procedió a darles algunas ideas como ser:

“Sus hijos no cumplieron con sus obligaciones en la escuela... Como comenzarían su reunión, qué les dirían a sus hijos... cómo les pedirían hablar de este punto entre todos; este y otros ejemplos que se les dio ayudó a realizar la actividad.

Actividad N° 3: Cuando las reuniones familiares se complican

Después de ver el video se les preguntó:

- ◆ ¿Por qué tuvo la madre que recordar al adolescente las normas de procedimiento?
- ◆ ¿Qué normas de procedimiento fueron quebrantadas?

Algunas participaciones:

“Porque no respetaban su turno para hablar”

“porque estaban discutiendo y gritándose entre todos”

“no respetaron el orden de hablar”

Se reforzó la actividad indicando a los asistentes que siempre deben respetar cuando uno de los miembros desea hablar, no deben gritarse porque ese no es el fin de las reuniones familiares, sino que es encontrar una solución que complazca a todos y con la que estén conformes todos.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

A modo de síntesis de la sesión se explicó la finalidad de la misma:

- En esta sesión se trató de destacar el valor de las reuniones familiares.

- Se utilizó un video como parte de la sesión familiar el cual trataba de motivar la realización de las reuniones familiares.
- Se dieron pautas claras para el desarrollo efectivo de las reuniones familiares (normas de procedimiento de una reunión familiar), estas ayudarán a coordinar actividades y evitar los líos y malentendidos.
- En las reuniones familiares los adolescentes deberán tener la oportunidad de aprender a resolver problemas cotidianos junto a otros miembros de la familia
- Estas reuniones son espacios para comunicar novedades, planificar actividades como familia, no son para resolver problemas graves que exigen reuniones específicas más personalizadas.

Por último, el facilitador mostró los carteles con los lemas, uno a la vez, y pidió a cada grupo que diga el lema que le corresponde.

LEMA DE LOS ADOLESCENTES: “Somos el futuro, de nosotros depende”

LEMA DE LOS PADRES: “Con amor y límites seremos una familia mejor”

LEMA DE LAS FAMILIAS: “Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos”

SESION N° 5: COMPRENDER LOS PRINCIPIOS DE LA FAMILIA

OBJETIVOS: Ayudar a la familia a:

1. Ver la conexión entre los principios de la familia y sus actividades y decisiones
2. Identificar los principios de su propia familia

MATERIALES: Cartel de principios de la familia, Tarjetas de los escenarios para adolescente, Tarjetas de principios de la familia para padres, Muestra del escudo protector de la familia hecho por el facilitador, Marcadores (1 caja por familia),

Recortes de revistas cortados previamente por el facilitador, Pegamento o lápiz adhesivo, Hojas de papel y lápices, Cartel de la frase del círculo de cierre, Cartel con los lemas.

PROCEDIMIENTO:

Actividad N° 1: Comprender lo que son los principios de la familia. Acertijos sobre los principios.

Los adolescentes formaron parejas y cada pareja escogió un principio diferente entre los que figuraban en el cartel, luego hicieron una escenificación con lo que decía en el cartel, los padres no debían ver cuál es el principio que eligieron ya que estos debían ser adivinados.

Por ejemplo. Honestidad: Acciones posibles, alguien deja caer una billetera y otra persona la recoge y la devuelve.

OBSERVACIONES: Esta actividad fue muy participativa y se creó un clima de competencia entre los participantes; para hacer más entretenida la actividad se la realizó de la siguiente manera:

Se formó grupos de 4 a 6 participantes entre padres e hijos, el grupo que pasaba al frente a escenificar la escena no debía emitir ninguna palabra, y el restante de los grupo debía adivinar de qué se trataba la escena, además quiénes tenían una idea de qué se trataba debían levantar la mano y en ese orden se les preguntaba y el primer grupo en adivinar tenían un punto, además se les pidió que entre los miembros de cada grupo elijan un nombre para su grupo.

Actividad N° 3: Actividad de valores: diagrama de valores

Se mostró el modelo en grande y se pidió a los padres que dibujen con su hijo en una hoja de papel, el diagrama de valores correspondiente a su hijo, para lo cual se les dio la siguiente consigna:

- *La estrella representaba el premio al final de la jornada. Este premio representaba las metas y sueños de su hijo.*
- *Los caminos a los costados representaban lo que les podía desviar de llegar a su meta.*
- *En el centro debían colocar los valores que necesitan para llegar a su meta.*

Terminado el trabajo se pidió a familias voluntarias que compartan sus trabajos con el resto de los participantes.

OBSERVACIONES: Fue de gran éxito porque hubo mucha participación de voluntarios que expresaron verbalmente lo que dibujaron; además, se les pidió que los padres les ayuden a explicar su dibujo. Lastimosamente esta actividad llevó más tiempo del establecido.

Actividad N° 4: Hacer un escudo protector de los principios de la familia

En esta actividad se exhibió la muestra de un escudo protector de la familia y luego se indicó al grupo lo siguiente:

- ◆ *Se usa un escudo como protección. Los principios de una familia la ayudan a superar momentos difíciles y a crecer juntos.*
- ◆ *En el escudo cada sección tiene un principio diferente que se ilustrará usando recortes de revistas, palabras y dibujos.*
- ◆ *Si una familia tiene más de un apellido, ponga ambos apellidos en la base del escudo.*

Posteriormente los miembros de cada familia se sentaron juntos y se le solicitó a cada familia que decidan sobre 4 principios que tienen en su familia y luego debían trabajar con estos, y realizar (dibujar su escudo protector)

3. CIERRE DE SESIÓN

A modo de síntesis de la sesión se explicó la finalidad de la misma:

- Estaba dirigida a que los padres e hijos identifiquen los principios que tienen como familia.
- Estos principios forman parte del sistema de valores y creencias y actúan como factores protectores y preventivos de las conductas de riesgo en los adolescentes.

Por último, el facilitador mostró los carteles con los lemas, uno a la vez, y pidió a cada grupo que repita el lema que le corresponde.

SESIÓN N° 6: LA FAMILIA Y LA PRESIÓN DE LOS COMPAÑEROS

OBJETIVOS: Ayudar a la familia a:

1. Hablar juntos sobre cómo evitar el uso del alcohol, tabaco y drogas
2. Hablar juntos acerca de otros problemas de conducta
3. Establecer expectativas claras para los adolescentes

MATERIALES: Cinta adhesiva, Tarjetas para los padres, Tarjetas con metas de los adolescentes y tarjetas “Te salvaré” , Tiras de tela de 10 cm (1 por adolescente), Televisión y lector DVD, Video de padres que ayudan a afrontar la presión de los compañeros, Lista del rotafolio con las situaciones que revelan la presión de los compañeros (Sesiones 5 y 6 Adolescentes), Cartel de pasos, Cartel de situación de riesgo” , Carta para mi hijo- cartas completadas, Cartel con la frase del círculo de cierre

PROCEDIMIENTO:

Actividad N°1: Alcanzar nuestras metas

Se formaron de cuatro a cinco parejas de adolescentes y padres (de las mismas familias). Aquellos que no participaron, debían de actuar de espectadores. Luego de ocho minutos, debían alternar con parejas del grupo de espectadores. Se pegaron 4 cartulinas que sirvieron de camino, se enumeraron las cartulinas del 1 al 4. Se utilizaron las tarjetas marcadas “Padre” y se dividieron en 5 grupos y lo mismo con las tarjetas “adolescentes”, las facilitadoras tenían estas tarjetas y el público las que dicen “Te ayudaré”

Cada pareja debía atar los tobillos (el izquierdo del padre con el derecho del hijo). Luego debía iniciar la pareja #1. El padre tomo la tarjeta “Padre” y el adolescente la tarjeta “adolescente”. Las tarjetas se leyeron en voz alta y la pareja debía seguir las instrucciones de su tarjeta.

A continuación le tocó a la pareja #2 y así sucesivamente. Si la pareja se separaba mucho, es decir, si el padre estaba en el cuadrado #1 y el hijo en el #3, uno de los espectadores puede gritar “Te ayudaré” y leerle las indicaciones de esa tarjeta para que el participante atrasado se acerque a su pareja. Luego de 7-8 minutos, se debía suspender el juego para ver quien está más cerca de la estrella. Y esa pareja era la ganadora.

Cuando el juego concluyó, se analizó con el grupo las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Qué aprendieron acerca de cómo alcanzar sus metas?
- ¿Qué les sorprendió en el juego?
- ¿Qué cosa quisieran hacer más a menudo para trabajar juntos?

Estas fueron algunas de sus respuestas:

“Se debe trabajar conjuntamente con nuestro hijos, apoyarles y también escucharles para que logren sus metas”

“me gustó mucho porque fue divertido, creo que es la primera vez que juego algo así con mi hijo”

“Se debe reforzar la comunicación con nuestros hijos”

Posterior a esto se les explicó que el propósito de este juego era reforzar la idea que los adolescentes pueden alcanzar sus metas de manera efectiva si ellos y sus padres se involucran y comprometen, juntos como familia lo pueden lograr todo si se lo proponen y ponen de su parte. Luego se les invitó a ver el siguiente video, en el cual, se observó cómo los padres ayudan a sus hijos, a afrontar la presión de sus compañeros.

Proyección de video

Posteriormente se les hizo algunas preguntas para ver si habían entendido el video:

¿Qué hizo la madre para ayudar a su hija?

“Escuchó a su hija sin reaccionar en forma exagerada”.

“Le ayudó a practicar qué decir”.

“La elogió”.

Actividad N° 2: Compartir las habilidades de resistir

Los padres/madres o tutores jugaron el papel de amigos que trataban de meter a su hijo/a en problemas. Los padres podían consultar el —Cartel de situación de riesgo para tener a la mano varios escenarios. Los facilitadores/as apoyaron a los adolescentes y les permitieron practicar los pasos que han aprendido de manera más informal que en las sesiones anteriores. Se apoyaron con los carteles de pasos.

OBSERVACIONES: Se les explicó a los padres que el motivo de esta actividad era: *que los padres jueguen el rol de amigos de sus hijos para hacer frente a la presión de los compañeros.* Fue muy entretenida porque a los padres les costaba hacer el papel de amigos de sus hijos, por el tono de voz que debían utilizar, las palabras, etc.

Actividad N° 3: Compartir los sueños y las expectativas de los padres

Cada familia se reunió y los padres entregaron, en forma privada, la carta “te quiero y deseo lo mejor para ti” realizada en la sesión 6, a sus hijos.

OBSERVACIONES: Para un mayor impacto, se les pidió a los padres voluntarios que quisieran pasar al frente con sus hijos y leerles la carta directamente a ellos. Fue muy emotivo, ya que tanto los padres como los hijos se conmovieron mucho con las palabras tan bonitas que habían plasmado en la carta, luego se les pidió a los hijos que les digan algo en respuesta a la carta que les escribieron sus padres, se consiguió que tanto padres como hijos se abracen y se digan cosas bonitas que ayuden a afianzar su vínculo.

3. CIERRE DE LA SESIÓN

Se pidió a las familias que se reúnan en círculo, con los adolescentes junto a sus padres para repetir los diferentes lemas.

SESIÓN N°7: PROMOVER LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

OBJETIVOS: Ayudar a los padres y adolescentes a:

1. Repasar el contenido del programa
2. Expresar su agradecimiento

MATERIALES: Tarjetas de identificación, Hojas del rotafolio y proyectos de las sesiones anteriores, Material producido durante todo el programa, Lista del rotafolio de los riesgos que corren los adolescentes que usan sustancias psicotrópicas, Carta a

los padres, Carta a los adolescentes, Sobres con estampillas puestas para las cartas, Certificados de graduación de la familia firmados por el facilitador del grupo y el promotor del programa, Bocadillos, Cartel de la frase del círculo de cierre hecho por el facilitador, Carteles de los diferentes lemas.

PROCEDIMIENTO:

Actividad N°1: Juego seguir al líder.- Los padres y los adolescentes formaron un círculo y debían elegir adivinar quién era el líder, quien adivinaba le daba la espalda al círculo y los demás miembros del grupo eligieron en silencio un facilitador mediante señales y gestos.

El facilitador empezó algún movimiento (aplaudir, saltar, darse golpecitos en la rodilla, etc.) y el grupo imitó el movimiento. El facilitador cambiaba el movimiento cada 5 a 10 segundos.

Luego se le dijo al “adivinator” que se vuelva, vaya al centro del círculo y adivine quién era el facilitador. Cuando acertaba, el facilitador se convertía en “adivinator”.

OBSERVACIONES: Fue muy divertido, los padres compartieron con sus hijos, risas e ideas para poder ganar el juego.

RESUMEN Y REPASO DEL PROGRAMA: Se hizo un resumen de todo el programa, actividades, contenido, juegos, experiencias, etc.

Se repasaron los temas de cada sesión, describiendo las actividades y mostrando los trabajos realizados por el grupo.

Sesión 1:

Padres: *En la sesión uno nos conocimos unos a otros y los padres aprendieron cómo pueden ayudar a sus hijos a tener una adolescencia, responsable, divertida y saludable. Hablaron de las cualidades que deseamos ver en nuestros hijos e hijas.*

Comprendieron la importancia de mostrar amor y establecer límites y aprendieron cómo apoyar las metas y los sueños de sus hijos.

Familias: *Luego los padres tenían que deducir cuál Mapa del tesoro pertenecía a sus hijos. Los adolescentes hablaron acerca de sus Mapas a sus padres y estos les hicieron preguntas. Luego los adolescentes tuvieron que averiguar lo que sus padres deseaban ser cuando fueron adolescentes.*

Sesión 2:

Padres: *En la sesión 2, los padres aprendieron lo que es normal para los adolescentes y la importancia de establecer reglas específicas en la casa. También aprendieron a emplear las afirmaciones que comienzan con “Me siento...” para hacer saber a los adolescentes cuáles son sus sentimientos sin gritarles o culparlos.*

Familias: *En la sesión con las familias, los padres y los adolescentes analizaron las reglas de la casa y aprendieron a comprender los puntos de vista de unos y otros.*

Sesión 3:

Padres: *En la sesión 3, los padres comprendieron el valor de apreciar lo que hacen bien sus hijos. También aprendieron las maneras de establecer una relación positiva.*

Familias: *En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres hablaron de las cualidades positivas —o fortalezas— que tienen los adolescentes y los padres, así como los abuelos y toda la familia. Todos se mostraron creativos y 234 crearon unos magníficos árboles de las familias.*

Sesión 4:

Padres: *En la sesión 4, los padres hablaron de cómo usar sanciones respetuosas y razonables cuando los adolescentes tienen problemas. Aprendieron que es mejor dejar las sanciones grandes para las ocasiones en que los problemas son realmente graves.* **Familias:** *En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres aprendieron el valor de las reuniones familiares y todos practicaron celebrando una*

reunión. También aprendieron que es bueno que las familias se diviertan juntas y practiquen algunos juegos de familia.

Sesión 5:

Padres: *En la sesión cinco, los padres aprendieron cómo escuchar a sus hijos con empatía cuando tienen problemas y reflexionaron sobre cómo los trataron sus propios padres cuando eran adolescentes. Determinaron que todos los seres humanos tienen necesidades básicas, entre estas la pertenencia, la diversión, el poder y la independencia, y que los adolescentes tratan de satisfacer esas necesidades como puedan. Los padres se dieron cuenta de que pueden ayudar a sus hijos a satisfacer sus necesidades de manera sana.*

Familias: *En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres hablaron sobre los principios que tienen sus familias y todos hicieron un escudo protector de la familia que muestra sus principios.*

Sesión 6:

Padres: *En la sesión 6, los padres aprendieron a proteger a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo. Escribieron una carta a sus hijos para decirles lo mucho que les estiman y lo que esperan de ellos con respecto a sus metas y a las conductas de riesgo para luego dialogar con ellos.*

Familias: *En la sesión con las familias, los padres y los adolescentes practicaron un juego en el que trataron de alcanzar una meta. Los adolescentes mostraron a sus padres lo que habían aprendido sobre cómo resistir la presión de los compañeros y sus padres les leyeron la carta que tenían preparada para ellos.*

CIERRE DE LA SESIÓN:

Se agradeció a todos por su participación, y se les instó a que sigan fortaleciendo su familia: *“Ha sido estupendo reunirnos con todos ustedes durante las últimas siete semanas. Esperamos que sigan divirtiéndose juntos como familia, comunicándose y escuchándose unos a otros y trabajando juntos para resolver los problemas. Estamos orgullosos de todas las cosas que han aprendido y estamos seguros de que su familia es ahora más fuerte y saludable como resultado de su participación”*.

Por último, a modo de despedida, se les pidió a los padres que le digan algo bonito a su hijo (a). Estas fueron algunas intervenciones:

“Hija te amo y trataré de ser mejor cada día para ti, lo eres todo, eres mi razón de vivir”

“Papi te quiero mucho y aunque no te lo diga seguido quiero decirte que te amo”

Así también les pedimos a los hijos que le digan algo bonito a su papá o mamá:

“Mami te amo, te quiero mucho”

Mami prometo portarme bien quiero que sepas que te amo que eres la mamá más linda del mundo”

OBSERVACIONES:

Las intervenciones de los hijos y de los padres fue muy conmovedora y enriquecedora, pudimos percibir que el programa tuvo éxito en cuanto a mostrar más afecto a nuestros seres queridos, todos terminamos llorando, pero de felicidad al ver los frutos del programa, porque al comienzo del mismo les era difícil a los padres mostrar tanto afecto a sus hijos pero ahora ya lo hicieron con mayor naturalidad.

A modo de recuerdo se elaboró unas tarjetas con mensajes de reflexión para padres e hijos, las mismas fueron entregadas a todos.

6.3. ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL POS TEST.-

En este acápite se presentan los resultados obtenidos en cuanto al tercer objetivo específico planteado, el cual dice: *“Evaluar el nivel de conocimiento adquirido durante el proceso de aprendizaje, a través de la aplicación de un pos test”*. Se presentaron los siguientes resultados:

**CUADRO N° 8
COMUNICACIÓN**

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	FR	%
	%	%	%	%	%	%		
<i>Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia usted....</i>								
1. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hizo durante el día?	2,8	73,6	23,6	2	44	54	250	100
2. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hará el próximo día?	14	46,8	39,2	6	34	60	250	100
3. ¿Le habla a su hijo/a sobre los valores de la familia?	8	64	28	0	52,4	47,6	250	100
4. ¿Conversa con hijo/a sobre cuáles son sus metas?	4,8	77,2	18	2	45,4	52,6	250	100
5. ¿Le apoya para que pueda lograr sus metas?	7,6	56,8	35,6	5,2	38,4	56,4	250	100
6. ¿Le pregunta cómo le va en la escuela?	5,6	72,4	22	4,6	58,3	37,1	250	100
7. ¿Le escucha cuando quiere hablar con usted?	2,8	67,4	30	2	19,4	78,6	250	100
8. ¿Le pregunta a su hijo/a qué hace durante su tiempo libre?	5,6	62,4	32	3,8	54,2	42	250	100
9. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre sus amigos y compañeros de clase?	5,6	65,6	28,8	4,8	36,6	58,6	250	100
10. ¿Antes de que su hijo/a salga, ¿le pregunta con quién va a salir, a dónde piensa ir y a qué hora va a volver?	5,3	56,8	31,6	4,6	46,4	49	250	100
11. ¿Le pregunta a su hijo/a, quiénes son los padres de sus amigos, dónde viven?	7,2	63,2	29,6	6,4	54,8	38,8	250	100
12. ¿Le pregunta su hijo/a, sobre sus tareas, exámenes o trabajos prácticos?	16,8	43,6	39,6	10,3	39,4	50,3	250	100
13. ¿Le pregunta a su hijo/a, acerca de su relación con los compañeros y profesores de clase?	5,2	69,6	25,2	3,6	55,2	41,2	250	100
14. ¿Discute o pelea con su hijo/a, siempre que no están de acuerdo en algo?	2	22	76	12,8	49,7	37,5	250	100

De acuerdo a los datos que se presentan en la tabla que corresponde al eje “Comunicación”, se observa de manera general que después de la aplicación del programa, se ha producido un cambio positivo en todos los ítems, ya que como se observa en los datos del pre test los mayores porcentajes se encontraban en la escala “A veces”, pero haciendo una comparación con los porcentajes del pos test estos se encuentran en la escala “Siempre”, lo cual nos indica que la comunicación entre padres e hijos, se ha fortalecido, estableciendo mayor conexión entre ambos, siendo de vital importancia en esta etapa de la vida, el que padres e hijos puedan comunicarse de manera afectiva, empática (caracterizado por un escuchar genuino, reconociendo el dolor o malestar interno del otro) y efectiva (que conduzca a soluciones). Cabe recalcar que en los datos que señala el pre test se evidencia que la comunicación entre padres e hijos existía pero se daba de vez en cuando, de manera superficial, no del todo efectiva, por diferentes motivos (personales, falta de tiempo, exceso de trabajo, falta de paciencia, etc.), pero después de la aplicación del programa, los padres indicaron que *tratan de hablar más con sus hijos, escucharlos con empatía, comprenderlos, aceptando sus errores y orientándolos en sus decisiones.*

Entre uno de los datos más relevantes del pos test, se tiene que de los padres encuestados el **78,6%** indicó que **SIEMPRE** escuchan a su hijos cuando quieren hablar con ellos, es decir muestran verdadero interés por lo que les están contando con entusiasmo y, sobre todo, procuran tener capacidad de escucha activa, se evidencia un cambio positivo ya que en este mismo ítem en el pre test se tenía que solo el 30% siempre escuchaba a sus hijos cuando estos les querían hablar.

Por otro lado el **60%** de los padres señaló que **SIEMPRE** le preguntan a sus hijos sobre lo que harán el próximo día, *“a través del programa comprendí lo importante que es conocer las actividades que mi hijo tenga planeado para el día como también para el siguiente día, conociendo sus actividades poder ayudarlo mejor, estar más pendiente de sus cosas”* señaló una participante del programa; este ítem también

cambió positivamente ya que en el pre test solo el **46,8% a veces** les preguntaban esto a sus hijos.

Otro dato importante del pos test, es el **58,6%** de los padres que **Siempre** les preguntan a sus hijos sobre sus amigos y compañeros de clase, es decir, les interesa conocer quiénes son, qué hacen, dónde viven, conocer con quiénes se juntan sus hijos, con la finalidad de poder protegerlos ante cualquier eventualidad; se evidencia un aumento de interés por parte de los padres ya que en el pre test solo el 28,6% lo hacían de manera frecuente (Siempre).

CUADRO N° 9
AFECTO Y CUIDADO

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	Fr.	%
	%	%	%	%	%	%		
<i>Piense en los últimos 30 días... e indique con qué frecuencia :</i>								
15. Hace algo entretenido con su hijo/a cómo hacer deportes, ver una película, salir a pasear o jugar en el parque?	3,6	58,8	37,6	2	56,4	41,6	250	100
16. ¿Con qué frecuencia le dice algo bueno (positivo) a su hijo/a, sobre lo que hizo (elogios, cumplidos por lo que hizo)?	4,4	72,8	22,8	1,6	22,6	75,8	250	100
17. ¿Con qué frecuencia le dice a su hijo/a, lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que él/ella ha puesto en hacer algo?	4	63,2	32,8	7,3	25,3	67,4	250	100
18. ¿Con qué frecuencia le da algún premio a su hijo/a, por lo que hizo, como ser un regalo, salir a pasear, dinero extra, o algo especial para él/ella?	9,6	49,6	40,8	4	53,4	42,6	250	100
19. ¿Con qué frecuencia hace Usted algo especial con su hijo/a, como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?	8	68,4	23,6	5,2	32	62,8	250	100
20. ¿Con qué frecuencia le dice gracias a su hijo/a, por hacer algo que Usted le pidió que hiciera?	3,6	69,2	27,2	0,8	39,2	60	250	100
21. ¿Le demuestra a su hijo/a, que usted realmente se preocupa por él / ella, por sus ideas, o por sus cosas?	1,2	78,4	20,4	3,2	34,2	62,6	250	100
22. ¿Ayuda a su hijo/a, a hacer algo que era importante para él/ella?	10,4	45,2	44,4	0,8	48,6	50,6	250	100

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En esta tabla, haciendo una comparación de manera general entre el pre y pos test, se evidencia un cambio positivo en cuanto a la Demostración de Afecto y cuidado entre padres e hijos después de la aplicación del programa, ya que los porcentajes más sobresalientes en el pre test se encontraban en la escala “A veces” y los del pos test se encuentran en la escala “Siempre”. No se debe dejar de lado lo indicado por Maslow en la teoría de las necesidades humanas, *“el afecto, el amor y la necesidad de pertenencia son elementos importantes para el buen desarrollo de las personas.”*⁶⁵

Con relación a las manifestaciones de afecto y cuidado, del pos test, se evidencia que el **75,8%** de los padres **Siempre** demuestra a sus hijos, que se preocupan por ellos, por sus ideas, o por sus cosas, es decir, que consideran que las manifestaciones de afecto y cuidado son de vital importancia ya que los adolescentes, necesitan percibir el cariño, comprensión, seguridad por parte de los padres, ya que son claves para su desarrollo sano, uno de los participantes indicó *“yo soy criado a la antigua me costaba demostrarle afecto a mis hijos, pero con ayuda del programa aprendí que es importante que mi hijo sepa cuanto lo quiero, para que crezca seguro, amado y con la total confianza de que es importante su bienestar para nosotros, sus padres...ahora cada vez que puedo le digo cuánto lo quiero...”*. Este ítem en el pre test señalaba que el 72,8% de los encuestados solo A veces les demostraban a sus hijos afecto y cuidado, atribuyendo esto a sus necesidades económicas, o a la poca costumbre de expresar sus emociones; sin embargo, se evidencia que a través del programa los padres aprendieron maneras más efectivas de demostrar afecto a sus hijos.

Otro dato significativo del pos test sería que el **67,4%** de los padres indicó que **Siempre** le dicen algo bueno a sus hijos, por algo que hicieron, como ser algún tipo de elogio o cumplido todo con la finalidad de aumentar su autoestima, que sepan que los quieren y que reconocen todo sus esfuerzos. Este mismo ítem tenía un porcentaje

⁶⁵ José Rafael Quintero (2007). Pág. 2.

parecido en el pre test pero en la escala de A veces, lo cual se le atribuía al hecho que algunos padres creían que elogiando o recompensando la buena conducta de sus hijos, estos se volverán presuntuosos, se destaca que esta percepción haya cambiado después de la aplicación del programa.

Por último, se observa en el pos test que el **62,8%** de los padres señaló que **Siempre** hacen algo especial con sus hijos, como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial, lo cual no lo hacían tan seguido antes de asistir como participantes al programa, ya que consideraban que no tenían tiempo para realizar este tipo de actividades como se evidencia en el pre test ya que si bien muestra un porcentaje similar (68,4%) este se encontraba en la escala de “A veces”, es decir, que solo lo realizaban de vez en cuando, pero con el programa se dieron cuenta lo importante de pasar tiempo con sus hijos, para afianzar más su conexión emocional.

CUADRO N° 10

CONTROL PARENTAL FRENTE AL MAL COMPORTAMIENTO

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	Fr	%
	%	%	%	%	%	%		
23. ¿Cuándo hizo una regla para su hijo/a, ¿se aseguró que la cumpliera?	21,6	35,2	43,2	20,8	34	45,2	250	100%
24. ¿Cuándo HIJO/A rompió una regla, ¿Su hijo/a recibió la sanción que usted prometió?	15,6	42,4	42	8	18	74	250	100%
25. ¿Explicó claramente a su hijo/a, las reglas que esperaba que siguiera y consecuencia que recibiría, si rompía esa regla?	8,4	48,4	43,2	4,4	46,4	49,2	250	100%
26. ¿Con qué frecuencia sancionó a su hijo/a por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoró?	8	49,2	42,8	35,2	39,2	25,6	250	100%
27. ¿Pensó cuidadosamente las reglas que le dio a su hijo/a, y las consecuencias o sanciones que recibiría si las rompía?	6,8	56	37,2	5,2	44	50,8	250	100%
28. ¿Amenaza a su HIJO/A, o le dice que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo?	22,8	27,6	49,6	50,4	31,2	18,4	250	100%
29. Si mi hijo/a, no obedece alguna regla o la quebranta, me pongo de acuerdo con mi esposo/a, sobre el castigo que tendrá?	29,6	40	30,4	22	43,2	34,8	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

Una de las metas que plantea el programa Familias Fuertes es ayudar a los padres a establecer de manera eficaz el control parental (normas y límites) sobre las conductas erróneas de sus hijos, sin embargo es importante mencionar que la relación entre estos tiene una gran influencia en su comportamiento, la falta de límites y reglas preestablecidas influenciaran en la toma de malas decisiones; por el contrario, una crianza que incluya relaciones cálidas, una supervisión frecuente y el establecimiento de unos límites razonables puede ayudarle a aprender qué acciones son correctas y cuáles inapropiadas.

De manera general, se observa en el cuadro que antes de la aplicación del programa, los porcentajes indicados por los padres frente al mal comportamiento se encontraban en una escala debajo de la media, evidenciando que este control era escaso y poco efectivo; sin embargo se puede señalar que después de la aplicación del programa este control se efectivizó de manera positiva.

Así tenemos que uno de los datos más relevantes del pos test, es que el **74%** de los padres señaló que **Siempre** que su hijo rompe una regla, este recibe la sanción correspondiente, para lo cual se aseguran de explicar claramente a sus hijos las reglas que deben ser cumplidas como así también las sanciones que recibirán en caso de no hacerlo; antes del programa solo el 42,2% de los padres se aseguraba de esto, atribuyéndolo a la falta de tiempo, trabajo, etc., por lo que se puede indicar que el programa les brindó herramientas para poder establecer normas claras pero sobre todo asegurase de su cumplimiento.

Otro dato importante que nos muestra el pos test, es que el **50,8%** de los padres señaló que **Siempre** piensan cuidadosamente las reglas que les darán a sus hijos, y las consecuencias o sanciones que recibirán en caso de romperlas, de esto se puede inferir que comprendieron la importancia de las reglas y límites, pero sobre todo de la necesidad de la paciencia y constancia para su cumplimiento. Los límites y reglas son una demostración de cariño y compromiso por parte de los padres hacia sus hijos, ya que en este, se desarrolla el sentido de protección y cuidado. Además, el adulto al hacer esto, le enseña al niño sus derechos marcándole claramente las cosas que puede o no puede hacer. El niño, al saber qué esperan los padres de él, desarrolla mejor su autocontrol moderando sus reacciones y mejorando así la convivencia con sus pares. Antes del programa existía un similar porcentaje (58%) pero en la escala de “a veces”, lo cual infería que los padres establecían reglas y consecuencias pero de manera esporádica, y en algunos casos no teniendo en cuenta el tamaño de la falta.

Otro dato relevante que muestra el pos test y uno de los más sobresalientes de esta tabla es que el **50,4%** de los padres señaló que **Nunca** amenaza a su hijo/a, diciéndole

que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo, esto puede deberse a que comprendieron que la amenaza no surte los efectos que ellos buscan, ya que solo logran que su hijo los obedezcan por miedo y no porque realmente han comprendido la falta cometida, incluso en algunas ocasiones solo lograron que su hijo les oculte las cosas, o que les mientan; sin embargo, con el programa aprendieron que es mejor conversar, intercambiar criterios, explicar claramente lo que se espera de ellos, lo cual no sucedía antes del programa como se evidencia en el pre test, debido a que el 49,6% señalaba que Siempre debían amenazar a su hijo para que este les obedeciera ya que tenían generalizada la creencia que a través del temor se podía conseguir lo que querían.

Por lo que se concluye que el programa les enseñó a los padres a entender que por medio de reglas brindan a sus hijos alternativas que les permitirán desarrollar su autonomía, en otras palabras, delimitarles de dónde a donde ellos podrán tener acción y sobre ese conocimiento actuar.

CUADRO N° 11

INFORMACIÓN DE PADRES A HIJOS RESPECTO A LA PROBLEMÁTICA

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	Fr	%
¿ Ha hablado con su HIJO/A sobre lo que puede o no puede hacer respecto a:	%	%	%	%	%	%		
30. Fumar cigarrillos	22,8	61,6	15,6	20,4	29,2	50,4	250	100%
31. Tomar alcohol	28	62	10	5,6	16,2	78,2	250	100%
32. Usar drogas	20,8	61,6	18	5,2	15,6	79,2	250	100%
33. Unirse a una pandilla	29,6	12	58,4	20	20,4	59,6	250	100%
34. Pelear en el colegio	22,8	22	55,2	18	19,6	62,4	250	100%
35. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	26,4	14,8	58,8	4	36,4	59,6	250	100%
36. Tener un(a) enamorado(a)	39,6	42,8	17,6	16,8	33,2	50	250	100%
37. Tener relaciones sexuales a esta edad	60	32,4	7,6	30,4	34	35,6	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En esta tabla se observa otro cambio positivo logrado a través del programa familias fuertes, ya que como señalan los datos del pre test, se infiere que si bien los padres mantenían una relación de información ocasional acerca de algunas conductas de riesgo en las que podían caer sus hijos, esto se fue incrementando, ya que antes dejaban del lado algunos temas como ser: el inicio de su vida sexual, las pandillas o el abandono de estudios, debido a que consideraban que todavía no tenían la edad necesaria para hablar sobre esta temática o creían que a sus hijos no les interesaba este tipo de temas, o simplemente los evadían por vergüenza y por no saber cómo hacerlo, pero con la ayuda del programa se evidenció que es muy importante mantener informados a sus hijos sobre las diferentes conductas erróneas, ya que es mejor que posean la información necesaria y después tomen la decisión correcta,

porque cuando algún adolescente cae en alguna de estas conductas de riesgo, es por falta de información correcta, verdadera y oportuna, de ahí la importancia de hablar con los hijos sobre los peligros del tabaco, el alcohol, las drogas, las pandillas, deserción escolar, sexualidad y otras conductas de riesgo; asimismo, tener información precisa les ayudara a tomar decisiones saludables.

De acuerdo a lo observado en la tabla en el pre test se tenía que un 62% de los padres A veces, es decir ocasionalmente, les hablan a sus hijos sobre el consumo de alcohol, atribuyéndole esto a que no sabían cómo hacerlo, por miedo a ser criticados, pero sobre todo por la creencia errónea que al hablar de estos temas de alguna forma se los motiva o incitaba a consumir; sin embargo en el pos test se evidencia que el **78,2%** de los padres **Siempre** informa a sus hijos sobre los peligros del consumo de alcohol, es decir esta información se produce de manera frecuente, y ya no de manera ocasional como se lo hacía antes de la aplicación del programa.

Otro dato relevante que se observa en el pre test es que el 61,6% de los padres señaló que A Veces, u ocasionalmente, les hablaban a sus hijos sobre el consumo de tabaco lo cual se atribuye a los mismos aspectos mencionados en el anterior ítem; sin embargo, después del programa como lo señalan los datos del pos test esto se ha incrementado a un **79,2%** en que los padres **Siempre** informan a sus hijos sobre lo perjudicial y negativo que les traerá el consumo de tabaco, rompiendo el mito que los cigarrillos son la droga socialmente permitida y menos perjudicial, sino que por el contrario son muy dañinos para la salud en general.

Otro ítem sobresaliente en la tabla es la información impartida por los padres a sus hijos sobre las peleas en el colegio; sin bien en el pre test se evidencia que el 55,2% de estos Siempre les hablaban sobre esta temática, después del programa esta cifra subió a un **62,4%** (**Siempre**), es decir, que los padres consideran necesario hablar sobre esto para evitar que sus hijos caigan en esta conducta ya sea convirtiéndose en víctimas o victimarios.

Por último, se tiene que antes del programa el **60%** de los padres señaló que **Nunca** les hablaron a sus hijos sobre tener relaciones sexuales, ya que consideraban que no tenían edad para hablar sobre estos temas, por vergüenza, temor a las cuestionantes que podían surgir de parte de sus hijos, porque creían equivocadamente que al hablarle de estos temas se “despertara en ellos la motivación de empezar su vida sexual a muy temprana edad; después del programa se evidencia que este Nunca se redujo a un 30,4%, y subió a un **35,6%** en que los padres **Siempre** les hablan de esta temática, a pesar que todavía les cuesta, pero consideran necesario brindarles información concreta, verdadera, y oportuna para evitar los embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, abusos, etc., y ya no delegar esta responsabilidad a maestros, amigos, compañeros, sino que prefieren ser ellos mismos quienes les hablen sobre este tema a su hijo/a.

CUADRO N° 11.1
PERCEPCIÓN DE LOS PADRES RESPECTO AL COMPORTAMIENTO DE SUS
HIJOS EN CUANTO A:

PREGUNTAS	PRE TEST			PÒS TEST			TOTAL	
	Estoy segur o/a que NO	No Sé	Esto y Seg uro/ a que SÍ	Estoy seguro /a que NO	No Se	Estoy Segur o/a que SI	Fr	%
¿Cuál de lo siguiente describe mejor lo que usted piensa respecto a lo que su HIJO/A hace, en cuanto a:	%	%	%	%	%	%		
38. Fumar cigarrillos	94	5,2	0,8	81,2	4,8	14	250	100%
39. Tomar alcohol	94	4	2	91,6	2,4	6	250	100%
40. Usar drogas	88,4	7,6	4	92	6,8	1,2	250	100%
41. Unirse a una pandilla	79,2	14,8	6	79,6	14	6,4	250	100%
42. Pelear en el colegio	60	14	6	91,2	4	4,8	250	100%
43. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	87,2	4,4	8,4	94	2	4	250	100%
44. Tener un(a) enamorado(a)	80	11,6	8,4	50	7,2	42,8	250	100%
45. Tener relaciones sexuales a esta edad	94,4	2,8	2,8	98	1,2	0,8	250	100%

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En la tabla se presentan los resultados acerca de la perspectiva que tienen los padres respecto al comportamiento que pueden o no tener sus hijos ante diferentes conductas problemáticas, también se evidencia un cambio positivo; si bien tanto en el pre test como en el pos test los porcentajes mantuvieron una semejanza en las escalas de Estoy seguro que Sí y estoy seguro que No, se evidencia claramente que la comunicación se ha incrementado más entre padres e hijos porque muchos de los padres encuestados antes del programa desconocían algunos aspectos de sus hijos en relación a su comportamiento fuera de casa; la escala NO SÉ ha sufrido variaciones,

esto nos indica que existe mayor confianza entre padres e hijos para hablar sobre diferentes temáticas, la comunicación se ha vuelto empática y efectiva, los hijos ya no tienen tanto temor de contarles a sus padres y los padres estas predispuestos a escucharlos antes de juzgarlos.

Entre los datos más relevantes que muestra la tabla están los de la escala **No SÉ**, la cual antes del programa denotaba un desconocimiento por parte de los padres en cuanto a la conducta de sus hijos; sin embargo, hoy se puede inferir que se ha producido un descenso de los porcentajes ya que después del programa los padres ya no tienen este nivel de desconocimiento sino por el contrario, tienen la certeza de que hacen o no sus hijos fuera de casa.

Es así que se tiene que antes de un 94,4% de los padres estaba seguro que sus hijos no habían tenido relaciones sexuales, pero el **5,2% No sabían**; después del programa esto se redujo a solo un **1,2%** de los padres que **no saben** si sus hijos dieron inicio a su vida sexual, lo cual ratifica la eficacia del programa, ya que les dotó de herramientas para abordar estos temas con mayor normalidad y menos pudor, con la finalidad de evitar eventualidades posteriores.

Otro dato que sobresale en la tabla antes del programa, es que el **94%** de los encuestados señaló que está seguro que sus hijos no fuman cigarrillos ni beben alcohol; igual que en el anterior ítem, una de las condiciones para esto era el hecho de la edad, y también consideraban que la información que les brindaban era oportuna; sin embargo después de la aplicación del programa se evidencia que estos datos sufrieron una variación ya que el **81,2% está seguro** que sus hijos **no** consumen cigarrillo, el **14% está seguro que sí lo hacen** y solo el **4,8% no sabe**, volviendo a ratificar que a través del programa lograron ganarse la confianza de sus hijos para que estos les comenten sobre este comportamiento y a raíz de esto ellos les pudieran orientar sobre lo negativo y perjudicial que les atraerá esta conducta, en cuanto al consumo de alcohol también existe una variación ya que el **91,6%** de los padres **están seguros** que sus hijos no beben alcohol y solo el **2,4% no sabe** si lo

hacen o no (cifra que también se redujo ya que antes del programa era del 4% que no sabía si lo hacían o no).

Por último, el **88,4%** de los padres en el pre test indicó estar seguro que sus hijos **no usan drogas**, es decir no consumen ningún tipo de droga, sin embargo se evidencia que después del programa el **92%** señala que sus hijos **no usan drogas**, y solo **6,2% no saben** si lo hacen o no y el **1,2%** están seguros que sus hijos consumen algún tipo de droga; esto ayudará a que estos estén más atentos con sus hijos, que los controlen más, orientándolos e informándoles con mayor precisión acerca de lo perjudicial y dañino que son las drogas.

Después del programa, los padres entendieron que es de gran importancia mantener un dialogo abierto y sincero con sus hijos, creando una comunicación abierta, y de confianza, esto será esencial para ayudarles a evitar cualquier conducta errónea como ser el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas ya que esto solo les traerá consecuencias negativas (adicción, daño físico y psíquico, abandono de metas y sueños, etc.).

CUADRO N° 11.2

ACTITUD DE LOS PADRES SOBRE LA PROBLEMÁTICA

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Me agrada ría	Indi fere nte	Me Desag radarí a	Me agrada ría	Indif erent e	Me Desagr adaría	Fr	%
<i>¿Qué tanto le agradaría o molestaría si se enterara que actualmente su hijo/a:</i>	%	%	%	%	%	%		
46. Fuma cigarrillos	2,4	9,6	88	0,8	5,6	93,6	250	100
47. Toma alcohol	0,8	2	97,2	0	2	98	250	100
48. Usa drogas	1,2	1,6	97,2	0	1,6	98,4	250	100
49. Se ha unido a una pandilla	4	2,4	93,6	0,4	5	94,6	250	100
50. Pelea en el colegio	1,6	1,6	96,8	0,8	2	97,2	250	100
51. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	1,2	0,8	98	0	1,6	98,4	250	100
52. Tiene un(a) enamorado(a)	2	9,6	88,4	4	94,8	1,2	250	100
53. Tiene relaciones sexuales a esta edad	2,8	5,2	92	0,8	5,8	93,4	250	100

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

En la tabla se evidencia de manera general, que la actitud de los padres se ha mantenido casi igual antes y después del programa, e incluso ha aumentado el desagrado total frente a la problemática; esto puede deberse al hecho que a través del programa reconocieron que son ellos quienes tienen una influencia importante sobre el consumo de alcohol de sus hijos, en particular durante los años previos a la adolescencia y los primeros años de dicho período, dada su vulnerabilidad y

tendencia a dejarse influenciar por el entorno, la influencia ejercida por el grupo de pares y la necesidad de desinhibición, unidos a la desinformación; la baja percepción del riesgo, el fácil acceso y la falta de alternativas, convierten el consumo de alcohol y otras drogas, en la principal actividad de diversión de los jóvenes, además de representar un peligro directo para la salud, ya que estas prácticas conllevarán a diferentes problemas sociales (fracaso escolar, bajo rendimiento laboral, adicción, entre otras).

Dentro de los datos más relevantes antes del programa, el **98%** indicó que le **Desagradaría** que sus hijos abandonen la escuela; en el pos test este porcentaje también se incrementó a un **98,4%**, de los padres a los que les **Desagradaría** que sus hijos abandonen la escuela; esto se puede atribuir al hecho que consideran que la educación es una herramienta muy valiosa para afrontar las diferentes adversidades que se les presenten en su vida diaria, además de tener mejores oportunidades laborales y sociales; es importante que a partir de ese dato se evidencia que para los padres es de igual magnitud que sus hijos no abandonen sus estudios que el hecho de no consumo de alcohol y drogas.

Por otro lado, también sobresale en el pre test el **97,2%** de los padres que indica que les **Desagradaría** que sus hijos consuman alcohol y drogas, esto debido a que podría afectar su vida, alejándolos de sus sueños y metas, o podrían adquirir alguna adicción y/o dependencia hacia estas sustancias; después del programa se evidencia que este porcentaje sufrió un incremento al **98,4%**, ya que los padres en el pos test señalaron que les **desagradaría** que sus hijos consuman alcohol o algún otro tipo de drogas.

Otro dato importante es el **96,8%** de los padres señaló que les **Desagradaría** si sus hijos peleen en el colegio (en el pre test), ya que podrían ser sancionados con memorándums o expulsiones, podrían ser estigmatizados como violentos, golpeadores, abusadores o incluso ser maltratados por otros; en el pos test se

evidencia un incremento a este porcentaje con el **97,2%** de los padres que indicó que les **Desagradaría** que suceda esto.

Por último, un dato que llama mucho la atención es el ítem 52, en el pre test el **88,4%** de los padres señaló que le **Desagradaría** que sus hijos tengan o no enamorado/a, sin embargo después del pos test esta cifra cambió trascendentalmente a un **1,2%** en que les **Desagradaría** que suceda esto, y el **94,8%**, de los padres indica que les sería **indiferente**; esto se puede atribuir a que a través del programa comprendieron que el enamoramiento es parte de su desarrollo que tarde o temprano atravesarán por este proceso, pero que lo importante es orientarles para que tomen decisiones correctas y oportunas a la edad en la que se encuentran.

CUADRO N° 12
DINÁMICA FAMILIAR

PREGUNTAS	PRE TEST			POS TEST			TOTAL	
	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	Fr	%
	%	%	%	%	%	%		
<i>En nuestra familia:</i>								
54. Nos reunimos en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.)	8,4	68,4	23,2	8	35,2	56,8	250	100
55. Hacemos algo como familia por lo menos una vez a la semana que sea del agrado de todos?	10,4	51,6	38	38	20,8	41,2	250	100
56. Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia (ponernos al tanto sobre lo que nos sucedió, tomar decisiones, solucionar problemas, etc.)	60	22	18	10	61,6	28,4	250	100
57. ¿Cada uno tiene la oportunidad de expresar lo que desea o piensa en forma respetuosa?	36	58,8	5,2	14,4	39,6	46	250	100
58. ¿Dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos?	7,6	55,6	36,8	6,4	14	79,6	250	100
59. Mi hijo/a ayuda con las tareas y responsabilidades de la casa?	4	55,2	40,8	3,2	52,8	44	250	100
60. Cuando estoy en dificultades, cuento con mi esposo/a y familia para solucionar el problema?	42	39,2	18,8	18,8	52,8	28,4	250	100

Fuente: Programa Familia Fuertes

Elaboración: Propia

Es importante comprender la dinámica familiar y sus características (comunicación, afecto, autoridad y roles), porque de esta forma se podrá contribuir a mejorar las relaciones entre los diferentes miembros del núcleo familiar, para que cada familia pueda crear un ambiente familiar con recursos imprescindibles para evitar conductas de riesgo; al hablar de recursos familiares se hace referencia a aquellos aspectos sociales, emocionales y físicos que hacen que la familia sea menos sensible al riesgo y más capaz de afrontar satisfactoriamente los factores estresantes, facilitando la adaptación individual y familiar.

Observando de manera general la tabla, se evidencia un cambio positivo en cuanto a la “Dinámica familiar” ocurrida después de la aplicación del programa. Entre los datos más relevantes se tenía en el pre test que el **68,4%** de los padres dijo que **A veces** se reunían en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.), e indicaba como excusa el exceso trabajo, falta de tiempo, etc.; sin embargo, después del programa se evidencia que el **56,8%** de la familia **Siempre** se reúne en algún momento del día para pasar más tiempo juntos y de esta manera acrecentar los lazos familiares.

Por otro lado se tenía que el **60%** de los encuestados **Nunca** realizaban reuniones para conversar sobre asuntos de la familia ponerse al tanto sobre lo que les sucede, o tomar decisiones, incluso para la solución de problemas, este indicador era preocupante ya que evidenciaba el hecho de la no colaboración entre los miembros de la familia, lo cual afectaba bastante el clima familiar, provocando en sus miembros descontento y frustración, pero esta cifra también cambio ya que en el pos test el **61,6%** de los padres señaló que **A veces** se reúnen para solucionar problemas, ponerse al día sobre lo que les pasó, o simplemente conversar; esto evidencia que a través del programa comprendieron la importancia de tener este tipo de reuniones aunque sea de manera ocasional.

Por último, se evidencia que antes del programa el **58,8%** de los padres indicó que en su familia **A veces**, se tenía la oportunidad de expresar lo que se deseaba o pensaba en forma respetuosa, esto se atribuía a diferentes aspectos como ser: temor a ser criticados, no querer entrar en conflicto, es decir, que no expresan sus opiniones personales para evitar lastimar a alguien o por miedo a que se molesten, o por tener la idea errónea de creer que por mucho que se expresen los sentimientos no habrá solución al problema; pero después de la aplicación del programa esta cifra cambio al **46%** ya que los padres señalaron que a partir del programa ya no se tiene esta oportunidad de manera ocasional sino que Siempre podrán decir todo lo que se piense pero deberá ser en el marco del respeto, comprendiendo que toda familia está ligada por lazos de pertenencia, relaciones de afecto, y comunicación familiar.

Por último, un dato que muy relevante es el que evidencia el ítem 58 ya que ratifica el cambio positivo logrado a través del programa, debido a que antes del programa solo el **55, 6%** le dedicaba tiempo para hablar con sus hijos, pero de manera ocasional (**A veces**); sin embargo, en el pos test se observa que el **79,6%** de los padres **Siempre** hablan con sus hijos, es decir que consideran importante el tiempo que pasan con sus hijos, lo cual les permite compartir con ellos sus inquietudes y conocerlos aún mejor, saber cómo piensan y actúan, qué les gusta y qué no, sus sueños y su forma de apreciar la vida que llevan, esto les favorecerá la comunicación, la expresión de afecto y la posibilidad de compartir vivencias, porque solo así se les brindará a los hijos, algo que nadie más puede darles: un modelo de familia amoroso, estable y único.

Luego de presentar estos resultados se puede concluir que la aplicación del programa de prevención para el consumo del alcohol y otras drogas será provechosa para los padres de familia, adolescentes y la familia como tal. Ahora bien, con estos resultados obtenidos se puede evidenciar que la aplicación del programa Familia Fuertes, obtuvo los resultados esperados, que los temas que aborda este programa fueron los más óptimos, para poder obtener el éxito alcanzado, así como también sus técnicas, dinámicas y actividades fueron ampliamente aceptadas y valoradas por los

participantes, es importante seguir con este tipo de programas porque ayudan mucho en cuanto a orientar, comprender y aceptar a los hijos; uno de los mensajes que deja el programa es “que a través de la demostración de afecto y el correcto establecimiento de límites, disminuye en gran medida que los adolescentes caigan en conductas de riesgo.

6.4. RESULTADOS DE LAS FERIAS EDUCATIVAS RESPECTO AL TEMA DE PREVENCIÓN DE LAS DIFERENTES TEMÁTICAS QUE ABORDA EL PROGRAMA.-

En este acápite se describirá el procedimiento así como también los resultados obtenidos del cuarto objetivo específico planteado, el cual señala: *“Realizar Ferias Educativas, conjuntamente padres e hijos respecto al tema de prevención del consumo de alcohol y otras drogas, con la finalidad de fortalecer el proceso de aprendizaje, obtenido durante el programa”*

Al finalizar el programa en cada unidad educativa se realizó una feria educativa (como aporte a la institución) con la finalidad de fortalecer lo aprendido con el programa.

DESARROLLO:

PARTICIPANTES: Padres de familia e hijos adolescentes que participaron del programa Familias Fuertes.

TÉCNICAS UTILIZADAS: Exposiciones, Trabajos en grupos, Lluvias de Ideas, Audiovisuales, Elaboración de Paneles.

TIEMPO: 3 horas para la realización de la sesión de orientación y elaboración de paneles (Organización de la Feria), y 3 horas para la exposición de paneles (Feria Educativa)

OBJETIVOS: “Reforzar lo aprendido con el programa, motivando el trabajo en conjunto entre padres e hijos”

MATERIALES: Hojas bon (grandes), cartulinas, tijeras, pegamento, revistas y afiches sobre diferentes temáticas, hojas de colores, lápices, marcadores, papel crepé.

PROCEDIMIENTO:

Proyección de videos: En primer lugar se los cito para organizar la Feria Educativa (correspondientemente en cada Unidad Educativa), para lo cual se les explico en qué consistiría y el objetivo de tal actividad. Luego se procedió a proyectar cinco videos cortos sobre diferentes temáticas como ser: Alcohol, Tabaco, Drogas, Relaciones Sexuales antes de tiempo, Pandillas, Abandono del colegio (todas estas conductas de Riesgo se encuentran plasmadas en el Programa Familias Fuertes en la sesión N° 6), después de cada proyección de video se hizo una retroalimentación del tema que trataba el video, se pidió algunas opiniones o experiencias para que sean compartidas con los presentes. Entre las opiniones que indicaron los padres estuvieron:

“Es muy cierto todo lo que se vio en el video, ya que nosotros como padres somos el ejemplo de nuestros hijos y si yo como padre me dedico a estar borracho todo el tiempo o no llegar a casa, cómo puedo reclamar a mi hijo el día de mañana...”

“A veces los hijos creen que por malos les explicamos estos temas o porque somos viejos, pero lo que realmente pasa es que los queremos y por eso siempre les vamos a aconsejar para que no cometan errores”

“Sería muy interesante que este tipo de videos se los hicieran ver a todos los chicos que están atravesando esta edad, ya que así se podría evitar tantos problemas como ser embarazos no deseados, enfermedades como el sida, etc...”

Elaboración de Paneles: Una vez que se terminó con las intervenciones, se pidió a los participantes que formen grupos mixtos (padres e hijos) y se les explicó que deberían realizar un panel con algún tema de su elección (de los abordados anteriormente) el cual expondrían posteriormente en la Feria Educativa, también se les indicó que podían adornarlo como quisieran usando su creatividad (para lo cual se les brindo material necesario).

Una vez que todos los grupos terminaron de realizar el trabajo, se fijó otro día para poder exhibir el mismo y exponer ante los demás alumnos del plantel educativo.

Presentación y exposición de paneles (Feria Educativa): Una vez que se concluyó con todos los grupos de cada unidad educativa se escogió un día para que se lleve a cabo la Feria Educativa (en consenso con los padres). El Día de la Feria y una vez instalados y organizados los padres de familia se hizo la presentación pública de los paneles sobre diferentes temáticas (alcohol, drogas, tabaco, embarazos no deseados). Esta actividad contó con la presencia de padres de familia, alumnos y personal administrativo de la U. E. correspondientemente; la reacción de los asistentes ante esta actividad fue positiva, por el esmero, compromiso y desarrollo de la misma.

OBSERVACIONES:

- Lo más llamativo de esta actividad fue que los padres tomaron la iniciativa de ser ellos quienes explicaron cada panel, y sus hijos complementaban algunas cuestiones sobre el tema, se podía observar mucha gratificación en el rostro de padres e hijos por trabajar en conjunto, respetando lo aportado por cada uno.
- Hubo mucha participación, se vio el trabajo en equipo, la sana competencia, puntualidad, compromiso y organización por parte de cada grupo.
- Los padres e hijos tuvieron una respuesta positiva al elaborar su panel, con mucho esmero, se organizaron y pusieron de acuerdo en cuanto a escoger el

tema con el cual trabajarían; todo este trabajo en equipo se vio reflejado en la presentación de sus trabajos el día de la Feria Educativa.

- Los resultados obtenidos de esta actividad fueron muy gratificantes, porque se pudo observar el trabajo en equipo de los padres con sus hijos, sentimiento de competencia sana, porque cada uno quería superar al anterior (ya sea decorando de mejor manera su mural o explyándose en su exposición).

CONCLUSIÓN: De acuerdo a los resultados obtenidos podemos concluir indicando que se cumplió el objetivo trazado para esta actividad. Los padres, a partir de esta actividad reconocieron que las relaciones con sus hijos mejoraron; también muchos de ellos comentaron que *“me gustó mucho esta actividad ya que pude explicarle a mi hijo lo negativo del consumo de alcohol o drogas, pero de una manera más divertida y me di cuenta que el me escuchó con mayor interés”*

“Recordé lo divertido que era realizar paneles y que estos sean muchos más creativos, en cada grupo se aprovechó las fortalezas de cada participantes”

“Me gustó exponer, explicar lo que realizamos con mi grupo, porque me hizo sentir que de alguna forma estoy ayudando a mi hijo a aprender mejor para que cuando le llegue la hora él tome la mejor decisión”.

7.1. CONCLUSIONES DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

Una vez efectuado el análisis e interpretación de los datos obtenidos, sobre el impacto que generó la aplicación del *Programa de Prevención del consumo de alcohol y otras drogas, a través del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”*, dirigido a padres de familia de unidades educativas de la ciudad de Tarija, durante la gestión 2017, se presentan las siguientes conclusiones, las que se exponen de acuerdo al orden de los objetivos específicos planteados al inicio del documento de la *Práctica Institucional*.

Primer Objetivo Específico: *“Evaluar el grado de conocimiento inicial, que tienen los padres de familia, sobre la temática a tratar, a través de la aplicación de un pre test”*

Para evaluar el grado de conocimiento, uno de los aportes que se realizó a la práctica, fue la sistematización del instrumento, que originalmente tenía el programa era muy extenso, con 88 preguntas, las cuales en muchos casos eran repetitivas; y pensando en la población que en muchos casos se trataba de padres de familia que no tenían instrucción escolar, además del tiempo que llevaría aplicar el mismo, y tomando en cuenta que éste debía ser ejecutado antes de la primera sesión, por los motivos señalados, se sintetizó el mismo, en 60 preguntas, además de agruparlas en cinco ejes (lo cual ayudó mucho en la interpretación de resultados) los cuales van acordes a la

competencia de cada actividad, siendo el objetivo principal el obtener datos cuantitativos.

Lo que se buscó con la aplicación del instrumento fue conocer el nivel de interacción familiar, el grado de comunicación que existe en el seno familiar entre sus miembros, la existencia o no de demostración de afecto, cuidado y protección, como así también indagar acerca de límites y normas que aplican a las conductas de sus hijos ante algún mal comportamiento (ejes del instrumento).

En ese escenario de manera general, se concluye indicando que, si bien existe una comunicación ocasional entre padres e hijos, ésta no cumple su función de efectividad, es decir no existe empatía, comprensión, aceptación por parte de los padres, los mismos indican que esto se debe a la falta de tiempo, exceso de trabajo, falta de costumbre; es importante recalcar que los temas que más les cuesta tratar con sus hijos son aquellos acerca de la sexualidad, por vergüenza, miedo, creer equivocadamente que si hablan sobre este tema de alguna forma los incitaran a comenzar su vida sexual.

En cuanto al eje de afecto y cuidado, los padres señalaron que estas manifestaciones de afecto se dan, pero de manera ocasional (a veces), es decir a veces se preocupan por ellos, por sus ideas, o por sus cosas, atribuyéndolo al hecho de que los padres se ven obligados, por las necesidades económicas, a salir a trabajar todo el día, por lo que llegan a casa, agotados, así como algunas veces, encuentran difícil expresar sus emociones, pero no quiere decir que no se preocupan por sus hijos y su familia; existe la idea errónea que al proveer financieramente las necesidades de sus hijos, demuestran interés por ellos. Por último, se pudo evidenciar que si bien existen normas en cada familia, en muchos casos éstas no son respetadas, no hay seguimiento por parte de los padres, o cuando se aplican sanciones no son explicadas ni consensuadas con sus hijos, por lo que en muchos casos no cumplen su objetivo.

Segundo Objetivo: *“Desarrollar el programa de prevención “Familias fuertes: Amor y Límites”, a través de capacitaciones y talleres que promuevan la comunicación, empatía, demostración de afecto, protección y control parental”.*

El programa de prevención se realizó a través de siete sesiones, cada sesión comprendía trabajar en primera instancia con los padres de familia; en cuanto al tema de la sesión correspondiente, en estas sesiones se proyectaba videos y se realizaba actividades acordes al tema; en segundo lugar se trabajó conjuntamente padres e hijos a través de actividades que fortalecían el trato entre ambos.

Durante el desarrollo del programa se aplicó una metodología activo participativa, con dinámicas de animación y motivación; para lograr una mejor enseñanza y aprendizajes de la población beneficiaria, se emplearon materiales dinámicos para ser desarrollados en grupos y generar en los padres mayores formas de interacción entre ellos, intentando mayor participación, empatía, pensamiento creativo, toma de decisiones, solución de problemas y comunicación asertiva.

Las competencias planteadas en cada actividad cumplieron su objetivo, pudiéndose observar un cambio de pensamiento por parte de los padres; durante el programa pudieron expresar sus ideas, dudas y experiencias personales, las cuales sirvieron para enriquecer los conocimientos entre ellos y de esta forma concretar una mayor asimilación de lo aprendido; en la medida que el programa fue desarrollándose, la participación de los padres fue más activa, abierta y dinámica, demostrando un mayor interés por realizar las actividades; en cuanto a su conducta los cambios fueron notorios ya que realizaban las actividades gustosamente. Las actividades que mayor éxito tuvieron fueron las familiares, ya que compartían con sus hijos de una manera diferente al trato que se da en su hogar, se podía observar mucha complicidad entre ellos, emoción por compartir esos momentos juntos, aprendiendo más el uno del otro, todos estos aspectos facilitaron las actividades, manejo del grupo y la organización de los talleres.

Tercer objetivo: “*Evaluar los conocimientos adquiridos luego de la aplicación del programa de prevención Familias Fuertes, a través de la aplicación de un pos test*”

En cuanto al instrumento propuesto (sistematizado) por la practicante, para evaluar los conocimientos (anteriores y posteriores) de los padres, se observa que en comparación a los conocimientos iniciales éstos se incrementaron de manera positiva, es decir, que después de la aplicación del programa, se evidencia un cambio positivo, en cuanto a la temática desarrollada, observándose un aumento estadísticamente significativo, en la percepción de los padres, en la demostración de amor, y una disminución del enojo e insultos en la relación con el adolescente. Además, se observó un aumento significativo en monitorear a los hijos, conversar sin censurar, demostrar empatía, conversar sobre conductas de riesgo y considerar las diferencias de edad y sexo en el trato con los hijos, lo cual hará que los adolescentes sepan que pueden recurrir a ellos ante cualquier situación; asimismo, se evidencia el cambio en cuanto a establecer límites, reconocieron la importancia de la muestra de afecto pero lo que ocasionará mayor éxito será el poder establecer límites acordes a las faltas cometidas por sus hijos.

Cuarto objetivo: “*Realizar Ferias Educativas, con los padres de familia, respecto al tema de prevención del consumo de alcohol y otras drogas*”

Las Ferias educativas fueron realizadas en dos fases: en la primera se proyectaron videos educativos acerca de diferentes temáticas, como ser consumo de alcohol, tabaco, drogas, relaciones sexuales prematuras, y pandillas; luego se realizó una plenaria entre padres e hijos con diferentes participaciones; a su conclusión se formaron grupos mixtos (padres e hijos), quienes elaboraron un panel educativo (por grupo), con el tema de su preferencia.

En la segunda fase se realizó una Feria Educativa, por cada unidad educativa beneficiaria del programa; estas ferias consistieron en la exposición de los paneles elaborados en la primera fase; cabe resaltar que estos fueron elaborados con diferentes temáticas que explicaban lo negativo de cada conducta de riesgo (consumo

de alcohol, tabaco, drogas, relaciones sexuales prematuras y pandillas), así también los expositores (padres e hijos), respondieron preguntas de los asistentes a la misma.

El objetivo pedagógico de esta actividad fue el de fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje, obtenido durante todo el programa “Familias Fuertes”, objetivo que fue cumplido en su totalidad, debido a que se pudo transmitir esta experiencia a una gran cantidad de padres e hijos, que no pudieron ser parte del programa, además en estas experiencias compartidas dentro del programa también se buscó realizar un trabajo de prevención primaria acerca de las diferentes conductas de riesgo por las que atraviesan los adolescentes, y el rol fundamental que ejercen los padres a la hora de prevenir, disminuir y evitar todas estas conductas de riesgo.

Los asistentes pudieron comprender la importancia de generar un clima de confianza, comprensión, afecto, empatía, pero sobre todo establecer límites claros y precisos, respecto a sus hijos, solo así se podrá evitar que éstos, caigan en estas conductas.

Asimismo, durante la exposición de los diferentes paneles, se evidenció gran participación, trabajo en equipo, sana competencia, puntualidad, compromiso y organización por parte de cada grupo; lo sobresaliente de esta actividad fue observar el trabajo en equipo de padres e hijos, el clima de confianza y empatía que se había logrado con el desarrollo del programa Familias Fuertes.

7.2. RECOMENDACIONES

A la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, Facultad de Humanidades, Carrera de Psicología:

- Seguir ampliando convenios con otras instituciones, para realizar la práctica institucional, la cual sin duda optimiza la profesionalización de los estudiantes de la carrera.
- Incentivar todo tipo de prácticas o talleres de sensibilización sobre diferentes temas, que hoy son problemas sociales, para la adquisición de mayores

conocimientos y un mejor desenvolvimiento a la hora de llevar a cabo cualquier práctica institucional.

Al INTRAID – Tarija:

- Se recomienda ampliar los convenios con unidades educativas ya sea fiscales, de convenio o particulares, debido a que se pudo evidenciar gran interés por este tipo de prácticas, además que a través de estos convenios se asegura la población para futuros practicantes.
- Se sugiere seguir fomentando este tipo de programas dirigidos a padres de familia, quienes pueden colaborar arduamente en la prevención de estos temas.

A las unidades Educativas:

- Que sigan abriendo las puertas a los practicantes, para que estos puedan dar orientaciones sobre los diferentes temas de prevención.
- Que sean más flexibles con la asignación de horarios a futuros practicantes, puesto que los horarios reducidos no permiten brindar una buena información ni enriquecer sus conocimientos, tomando en cuenta que esta es una educación sobre prevención para la vida.

A los padres de Familia:

- Seguir participando de estos programas con entusiasmo, porque todo lo aprendido les ayudará afrontar las diferentes dificultades que se presenten en cuento a la crianza y educación de sus hijos, previniendo cualquier tipo de conducta errónea.